CENA DWA ZŁOTE.

1934



KALENDARZ KRAKOWSKIEGO · OCHOTNICZEGO TOWARZYSTWA · RATUNKOWEGO

B·K·

KALENDARZ
KRAKOWSKIEGO OCHOTNICZEGO TOWARZYSTWA RATUNKOWEGO

NA ROK

1934

Nakładem Krak. Ochotnicz. Towarzystwa Ratunkowego
Kraków, ul. Potockiego L. 19. — Telefony 111-11 i 122-62.

Okładkę rysowała p. Barbara Krzyżanowska

Czcionkami Drukarni Przemysłowej w Krakowie — ul. Sarego 7.

OD WYDAWNICTWA.

Kalendarz Pogotowia Ratunkowego, — przez te pięć lat jak wychodzi, — zyskał sobie już u Czytelników ustaloną opinję.

Staramy się podać w każdym, — a więc i w tym Kalendarzu, — sprawdzone i dokładnie poprawione adresy lekarzy wolno praktykujących, lekarzy Kasy Chorych, dentystów, akuszerek i aptek, nadto rozszerzyliśmy znacznie rozmiary tekstu, zamieszczając kilkanaście artykułów z dziedziny popularnych wiadomości medycznych, etc., etc.

Mamy nadzieję, że cały nakład tego Kalendarza, tak jak i wszystkie poprzednie, zostanie w zupełności wyczerpany, tembardziej, że dochód z rozsprzedaży zasili szczupłe fundusze Pogotowia Ratunkowego.

Kraków, w grudniu 1933.

Jan Krzyżanowski	*Dr. Józef Owsiński*	*Dr. Jerzy Drozdowski*
Prezes	Wiceprezes	Kierownik

Styczeń

Dnie	Kalendarz rzymsko-katolicki	Kalendarz grecko-katolicki
1 Poniedz.	Nowy R. 1934	19 Hrud. 1933
2 Wtorek	Makarego W.	20 Ihnatja
3 Środa	Genowefy	21 Julianji
4 Czwart.	Tytusa B.	22 Atanasja
5 Piątek	Telesfora	23 10 mucz.
6 Sobota	Trzech Króli	24 Wyhylja
7 Niedz.	1 po 3 Kr.	25 Rożd. J. Ch.
8 Poniedz.	Seweryna ☾	26 Sob. P. B.
9 Wtorek	Marcjanny	27 Stefana m.
10 Środa	Agatona, W.	28 2 t. mucz.
11 Czwart.	Honoraty	29 SS. Mł. ub.
12 Piątek	Arkadjusza	30 Anysji
13 Sobota	Weroniki	31 Melanji
14 Niedz.	2 po 3 Kr.	1 Sicz. 1934
15 Poniedz.	Pawła P. ●	2 Sylwestra
16 Wtorek	Marcela	3 Małachja
17 Środa	Antoniego	4 Sob. 70 ap.
18 Czwart.	Katedry Ś. P.	5 Fteopemt.
19 Piątek	Henryka	6 Boh. Hosp.
20 Sobota	Fabjana i S.	7 Joana Kr.
21 Niedz.	3 po 3 Kr.	8 Jurja, Em.
22 Poniedz.	Wincentego ☽	9 Połjekta
23 Wtorek	Zaślub. NMP.	10 Hryhorja
24 Środa	Tymoteusza	11 Teodosja
25 Czwart.	Nawr. Św. P.	12 Tatjanny
26 Piątek	Polikarpa	13 Jermyła
27 Sobota	Jana Złot.	14 Zacheja
28 Niedz.	Starozapust.	15 Mit. Pawła
29 Poniedz	Franciszka	16 Petra Ap.
30 Wtorek	Martyny ○	17 Antonja
31 Środa	Piotra Nol.	18 Atanasja

NOTATKI:

Luty

Dnie	Kalendarz rzymsko-katolicki	Kalendarz grecko-katolicki
1 Czwart.	Ignacego	19 Makarja
2 Piątek	M. B. Grom.	20 Jewtymja
3 Sobota	Błażeja b. m.	21 Maksyma
4 Niedz.	**Mięsopustna**	**22 Bł. S. Tym.**
5 Poniedz.	Agaty p. m.	23 Kłymenta
6 Wtorek	Doroty p. m.	24 Pr. Ksenji
7 Środa	Romualda ☾	25 Hryhorja
8 Czwart.	Jana z Malty	26 Ksenofonta
9 Piątek	Apolonji	27 Joana Zł.
10 Sobota	Scholastyki	28 Jefrema
11 Niedz.	**Zapustna**	**29 Mias., Ihn.**
12 Poniedz.	Modesta	**30 Tr. Świat.**
13 Wtorek	Katarzyny	31 Kyra i J.
14 Środa	Popielec ●	1 Lutyj. T.
15 Czwart.	Faustyna m.	2 Stryt. H.
16 Piątek	Juljanny p. m.	3 Symeona
17 Sobota	Aleksego	4 Isydora
18 Niedz.	**Wstępna**	**5 Syrop., A.**
19 Poniedz.	Konrada w.	6 Wukoły
20 Wtorek	Leona b. w.	7 Partenja
21 Środa	Kat. Św. P.	8 Teodora
22 Czwart.	Eleonory ☽	9 Nikifora
23 Piątek	Piotra i Dam.	10 Harłampja
24 Sobota	Macieja	11 Własyja
25 Niedz.	**Sucha, Zygfr.**	**12 1. Mełetyja**
26 Poniedz.	Aleksandra	13 Martyn.
27 Wtorek	Leandra	14 Awksentja
28 Środa	Romana	15 Onysyma

NOTATKI:

Marzec

Dnie	Kalendarz rzymsko-katolicki	Kalendarz grecko-katolicki
1 Czwart.	Albina b. 🌕	16 Pamfyły
2 Piątek	Heleny wd.	17 Teodora
3 Sobota	Kunegundy	18 Lwa pap.
4 Niedz.	**Głucha. Kaz.**	**19 2. Archippa**
5 Poniedz.	Wacława	20 Lwa ep. K.
6 Wtorek	Marcjanny	21 Tymoteja
7 Środa	Tomasza z A.	22 Euchenji
8 Czwart.	Wincentego 🌗	23 Połykarpa
9 Piątek	Franciszki	24 Obr. H. ś. J.
10 Sobota	40 męczen.	25 Tarasa ar.
11 Niedz.	**Środopustna**	**26 3. Porfija**
12 Poniedz.	Grzegorza	27 Prokopja
13 Wtorek	Krystyny,	28 Wasyłyja
14 Środa	Leona b.,	1 Ber. Jewd.
15 Czwart.	Klemensa 🌑	2 Teodota
16 Piątek	Abrahama	3 Jewtropja
17 Sobota	Gertrudy i P.	4 Herasyma
18 Niedz.	**Czarna Cyryla**	**5 4. Konona**
19 Poniedz.	Józefa oblub.	6 SS. 42 m.
20 Wtorek	Klaudji i E.	7 Wasyłyja
21 Środa	Benedykta	8 Teofyłakta
22 Czwart.	Katarzyny	9 40 mucz.
23 Piątek	Pelagji i W. 🌓	10 Kondrata
24 Sobota	Gabrjela a.	11 Sofronja
25 Niedz.	**Palmowa, Zw.**	**12 5. Teofana**
26 Poniedz.	Dyzmy	13 Nykyfora
27 Wtorek	Jana	14 Wenedyk.
28 Środa	Jana Kapistr.	15 Ahapja m.
29 Czwart.	wielki, Wikt.	16 Sawyna m.
30 Piątek	wielki, Anieli	17 Ałeksija
31 Sobota	wielka, B. 🌕	18 Kyryła

NOTATKI:

Kwiecień

Dnie	Kalendarz rzymsko-katolicki	Kalendarz grecko-katolicki
1 Niedz.	Wielkanoc	19 6. Ćwitna
2 Poniedz.	P. Wielk., Fr.	20 Serchja
3 Wtorek	Ryszarda	21 Jakowa
4 Środa	Izydora	22 Wasyłja
5 Czwart.	Wincentego	23 Nikona
6 Piątek	Celestyny p.	24 W. Piatn.
7 Sobota	Epifanjusza ☾	25 Błah. P. B.
8 Niedz.	1. Dioniz. b.	26 Woskr. H.
9 Poniedz.	Marji Kleof.	27 Pon. Wosk.
10 Wtorek	Ezechjela pr.	28 Wtorok W.
11 Środa	Leona pap.	29 Marka
12 Czwart.	Wiktora m.	30 Iwana
13 Piątek	Hermenegild.	31 Ipatja
14 Sobota	Justyna ●	1 Kwit. M.
15 Niedz.	2. Anastazji	2 1. Tomyna
16 Poniedz.	Benedykta	3 Nykyty
17 Wtorek	Rudolfa b.	4 Josyfa
18 Środa	Bogumiła	5 Teodyła
19 Czwart.	Jerzego	6 Ewtychja
20 Piątek	Wiktora	7 Hryhorja
21 Sobota	Anzelma ☽	8 Irydjona
22 Niedz.	3. Sotera m.	9 2. Myronos.
23 Poniedz.	Wojciecha	10 Terentja
24 Wtorek	Fidelisa	11 Antypy
25 Środa	Marka Ew.	12 Wasylja
26 Czwart.	M. B. D. Rady	13 Artemona
27 Piątek	Teofila	14 Martyny
28 Sobota	Pawła od Krz.	15 Arystar.
29 Niedz.	4. Piotra ☺	16 3. Rozsław.
30 Poniedz.	Katarzyny	17 Symeona

NOTATKI:

Maj

Dnie	Kalendarz rzymsko-katolicki	Kalendarz grecko-katolicki
1 Wtorek	Filipa i Jak.	18 Joana
2 Środa	Zygmunta	19 Pafnucja
3 Czwart.	**Król. Kor. P.**	20 Teodora
4 Piątek	Florjana m.	21 Januarja
5 Sobota	Piusa V.	22 Teodora
6 Niedz.	**5. Jana**	**23 4. O Samar.**
7 Poniedz.	Krzyż. d.	24 Sawy m.
8 Wtorek	Krzyż. d., S.	25 Marka ap.
9 Środa	Krzyż d., G.	26 Wasyłyja
10 Czwart.	**Wnieb. P.**	27 Symeona
11 Piątek	Mamerta	28 9 mucz.
12 Sobota	Pankracego	29 Jasona
13 Niedz.	**6. Serwac.**	**30 5. Slipor. J.**
14 Poniedz.	Bonifacego	1 Traw. Jar.
15 Wtorek	Zofji wd.	2 Atanazja
16 Środa	Jana Nep.	3 Tymoteja
17 Czwart.	Paschalisa	**4 Wozn. H.**
18 Piątek	Feliksa	5 Iryny
19 Sobota	Celestyna	6 Jowa mnog.
20 Niedz.	**Zielone Św.**	**7 6. Ś. Ot. S.**
21 Poniedz.	**Pon. Ziel. Ś.**	8 Joana Boh.
22 Wtorek	Heleny	9 Isaji pr.
23 Środa	Dezyderjusza	10 Symeona
24 Czwart.	Joanny wd.	11 Mokja
25 Piątek	Grzegorza	12 Epifanji
26 Sobota	Filipa	13 Hłykerji
27 Niedz.	**1. Trójcy Św.**	**14 Sosz. ś. D.**
28 Poniedz.	Augustyna	**15 Preśw. Tr.**
29 Wtorek	Marji Magd.	16 Teodora
30 Środa	Ferd., Feliksa	17 Andronika
31 Czwart.	**Boże Ciało**	18 Teodota

NOTATKI:

Czerwiec

Dnie	Kalendarz rzymsko-katolicki	Kalendarz grecko-katolicki
1 Piątek	Jakóba b. w.	19 Patrykja
2 Sobota	Marcelina	20 Tałałeja
3 Niedz.	**2. Erazma**	**21 Ws. Św.**
4 Poniedz.	Franciszka	22 Wasyłyska
5 Wtorek	Bonifacego	23 Mychajła
6 Środa	Norberta b.	24 Symeona
7 Czwart.	Roberta Op.	**25 N. Euchar.**
8 Piątek	Medarda	26 Karpa
9 Sobota	Felicjana	27 Teraponta
10 Niedz.	**3. Małgorzaty**	**28 Nykity**
11 Poniedz.	Barnaby Ap.	29 Teodozji
12 Wtorek	Jana, Onufr.	30 Isakja
13 Środa	Antoniego z P.	31 Jermeja
14 Czwart.	Bazylego	1 Czer. J.
15 Piątek	Wita m. i M.	2 Nikifora
16 Sobota	Benona b.	3 Łukiljana
17 Niedz.	**4. Jolanty**	**4 Mitrofana**
18 Poniedz.	Marka i Marc.	5 Doroteja
19 Wtorek	Gerwaz. i Pr.	6 Wisarjona
20 Środa	Sylwerjusza	7 Teodota
21 Czwart.	Alojzego G.	8 Teodora
22 Piątek	Paulina	9 Kiryła
23 Sobota	Agrypiny p.	10 Tymoteja
24 Niedz.	**5. Nar. Ś. Jana**	**11 Wartoł.**
25 Poniedz.	Łucji m.	12 Onufrja
26 Wtorek	Jana i P.	13 Akiliny
27 Środa	Władysława	14 Jełyseja
28 Czwart.	Ireneusza	15 Amosa
29 Piątek	**Piotra i P.**	16 Tychona
30 Sobota	Lucyny	17 Manuiła

NOTATKI:

Lipiec

Dnie	Kalendarz rzymsko-katolicki	Kalendarz grecko-katolicki
1 Niedz.	**6. Teodoryka**	18 Łeontja
2 Poniedz.	Naw. NMP.	19 Judy ap.
3 Wtorek	Anatola ☾	20 Metodja
4 Środa	Józefa K.	21 Julјana
5 Czwart.	Antoniego	22 Jewsebja
6 Piątek	Dominiki	23 Ahrypiny
7 Sobota	Cyryla i M.	24 Rożd. ś. J.
8 Niedz.	**7. Elżbiety**	25 Fewronji
9 Poniedz.	Weroniki	26 Dawida
10 Wtorek	Amelji	27 Samsona
11 Środa	Piusa ●	28 Kira i J.
12 Czwart.	Jana Gw.	29 Petra i P.
13 Piątek	Małgorzaty	30 Sob. 12 Ap.
14 Sobota	Bonawent.	1 Lip. K. i D.
15 Niedz.	**8. Rozesł. Ś. A.**	2 Pol. R. P. B.
16 Poniedz.	NMP. Szk.	3 Jakynfta
17 Wtorek	Aleksego	4 Andreja
18 Środa	Szymona	5 Atanazja
19 Czwart.	Winc. à P. ☽	6 Łukja
20 Piątek	Czesława	7 Tomy i Ak.
21 Sobota	Praksedy	8 Prokopja
22 Niedz.	**9. Bolesława**	**9 Pankratja**
23 Poniedz.	Apolinarego	10 Antonja
24 Wtorek	Kunegundy	11 Jewfymji
25 Środa	Jakóba	12 Prokła
26 Czwart.	Anny ○	13 Hawryiła
27 Piątek	Natalji m.	14 Akyły
28 Sobota	Innocent.	15 Wołodym.
29 Niedz.	**10. Marty**	**16 Atynogena**
30 Poniedz.	Julity	17 Maryny
31 Wtorek	Ignacego L.	18 Jemiłjana

NOTATKI:

Sierpień

Dnie	Kalendarz rzymsko-katolicki	Kalendarz grecko-katolicki
1 Środa	Piotra Ap.	19 Makrymy
2 Czwart.	NMP. An. ☾	20 Iłji pr.
3 Piątek	Znal. r. Ś. S.	21 Symeona
4 Sobota	Dominika	22 Marji M.
5 Niedz.	**11. NMP. Śn.**	**23 Trofyma**
6 Poniedz.	Prz. Pańskie	24 Chrystyny
7 Wtorek	Kajetana w.	25 U. ś. Anny
8 Środa	Cyrjaka	26 Jermołaja
9 Czwart.	Romana	27 Pantałej.
10 Piątek	Wawrzyńca ●	28 Prohora
11 Sobota	Zuzanny i D.	29 Kałynyka
12 Niedz.	**12. Klary p.**	**30 Syły ap.**
13 Poniedz.	Hipolita	31 Ewdokima
14 Wtorek	Euzebjusza	1 Serp. 7 m.
15 Środa	**Wnieb. NMP.**	2 Stefana
16 Czwart.	Rocha	3 Isakja
17 Piątek	Jacka w.	4 7 Otr. w E.
18 Sobota	Włodzim. ☽	5 Jewsych.
19 Niedz.	**13. Juljusza**	**6 Preobr. H.**
20 Poniedz.	Bernarda Op.	7 Demetja
21 Wtorek	Joanny wd.	8 Emyłjana
22 Środa	Tymoteusza	9 Mateja ap.
23 Czwart.	Filipa	10 Ławrentja
24 Piątek	Bartłomieja ○	11 Jewpła
25 Sobota	Ludwika	12 Fotja
26 Niedz.	**14. NMP. Jasn.**	**13 Maksyma**
27 Poniedz.	Prz. r. Ś. K.	14 Micheja
28 Wtorek	Augustyna b.	15 U. Pr. B.
29 Środa	Ścięcie Ś. J.	16 Per. O. H.
30 Czwart.	Róży Lim.	17 Mirona
31 Piątek	Rajmunda ☾	18 Flora i Ł.

NOTATKI:

Wrzesień

Dnie	Kalendarz rzymsko-katolicki	Kalendarz grecko-katolicki
1 Sobota	Bronisławy	19 Andreja
2 Niedz.	**15. Stefana Kr.**	**20 Samuiła**
3 Poniedz.	Szymona	21 Tadeja ap.
4 Wtorek	Rozalji i R.	22 Ahaftona
5 Środa	Wawrzyńca	23 Łupa m.
6 Czwart.	Zacharjasza	24 Ewtychja
7 Piątek	Reginy m.	25 Wartołom.
8 Sobota	Narodz. NMP.	26 Adrjana
9 Niedz.	**16. Gorgonj.**	**27 Pimena**
10 Poniedz.	Mikołaja z T.	28 Mojseja
11 Wtorek	Prota i Jacka	29 U. H. ś. J.
12 Środa	Imienia Marji	30 Ałeksand.
13 Czwart.	Filipa	31 P. p. Pr. B.
14 Piątek	Podw. Ś. Krz.	1 Wer. Sym.
15 Sobota	Nikodema	2 Mamanta
16 Niedz.	**17. Kornela**	**3 Antyma**
17 Poniedz.	Lamberta	4 Wawyły
18 Wtorek	Józefa z K.	5 Zachar.
19 Środa	Suchy dz. J.	6 W. cz. M.
20 Czwart.	Eustachego	7 Sozanta
21 Piątek	Suchy dz. M.	**8 Rożd. P. B.**
22 Sobota	Suchy dz. T.	9 Joakima
23 Niedz.	**18. Tekli p.**	**10 Minodory**
24 Poniedz.	NMP. od w.	11 Teodory
25 Wtorek	Aurelji	12 Awtonom.
26 Środa	Cyrjaka	13 Kornyła
27 Czwart.	Kosmy i D.	**14 Wozd. ś. K.**
28 Piątek	Wacława	15 Nykity
29 Sobota	Michała A.	16 Jewfymji
30 Niedz.	**19. Hieron**	**17 Sofji**

NOTATKI:

Październik

Dnie	Kalendarz rzymsko-katolicki	Kalendarz grecko-katolicki
1 Poniedz.	Jana z Dukli	18 Jewmena
2 Wtorek	Aniołów Str.	19 Trofyma
3 Środa	Teresy od D.	20 Eustachja
4 Czwart.	Franciszka	21 Kondrata
5 Piątek	Placyda m.	22 Foki
6 Sobota	Brunona w.	23 Zacz. J. K.
7 Niedz.	20. M. B. Róż.	24 Tekły
8 Poniedz.	Brygidy	25 Jewfroz.
9 Wtorek	Dionizego	26 Joana B.
10 Środa	Franciszka	27 Kałystrata
11 Czwart.	Placydy p.	28 Charytona
12 Piątek	Maksymiljana	29 Kirjaka
13 Sobota	Edwarda	30 Hryhorja
14 Niedz.	**21. Kaliksta p.**	**1 Żowteń.**
15 Poniedz.	Teresy	2 Kyprjana
16 Wtorek	Gawła	3 Djonysja
17 Środa	Jadwigi wd.	4 Jerofteja
18 Czwart.	Łukasza	5 Charytyny
19 Piątek	Piotra z Alk.	6 Tomy ap.
20 Sobota	Jana Kant.	7 Serchja
21 Niedz.	**22. Urszuli m.**	**8 Pelagji**
22 Poniedz.	Korduli	9 Jakowa
23 Wtorek	Seweryna	10 Jewłapja
24 Środa	Rafała Arch.	11 Fyłypa
25 Czwart.	Kryspina	12 Tarasa
26 Piątek	Ewarysta m.	13 Karpa
27 Sobota	J. Chr. Króla	14 Paraskaw.
28 Niedz.	**23. Szymona**	**15 Jewtymja**
29 Poniedz.	Narcyza	16 Lonhyna
30 Wtorek	Edmunda	17 Osji
31 Środa	Wig., Lucylli	18 Łuki jew.

NOTATKI:

Listopad

Dnie	Kalendarz rzymsko-katolicki	Kalendarz grecko-katolicki
1 Czwart.	Wsz. Święt.	19 Joiła pr.
2 Piątek	Dzień Zad.	20 Artemja
3 Sobota	Huberta b.	21 Iłarjona
4 Niedz.	24. Karola B.	22 Awerkja
5 Poniedz.	Zacharjasza	23 Jakowa
6 Wtorek	Leonarda	24 Arety
7 Środa	Nikandra 🌑	25 Markjana
8 Czwart.	Gotfryda i M.	26 Dymitrja
9 Piątek	Teodora	27 Nestora
10 Sobota	Andrzeja z A.	28 Paraskawji
11 Niedz.	25. Marcina	29 Anastazji
12 Poniedz.	5-ciu Braci m.	30 Zynowja
13 Wtorek	Stanisława K.	31 Stachja
14 Środa	Józafata m. ☽	1 Padołyst.
15 Czwart.	Leopolda	2 Akindyna
16 Piątek	Edmunda b.	3 Akep. J.
17 Sobota	Grzegorza	4 Joannyka
18 Niedz.	26. Odona	5 Hałakt.
19 Poniedz.	Elżbiety wd.	6 Pawła
20 Wtorek	Feliksa	7 Jeronima
21 Środa	Of. NMP. A. 🌕	8 Mychajła
22 Czwart.	Cecylji	9 Onysyfora
23 Piątek	Klemensa	10 Erasta
24 Sobota	Jana od K.	11 Miny
25 Niedz.	27. Katarzyny	12 Josafata
26 Poniedz.	Konrada	13 Joana Zł.
27 Wtorek	Walerjana	14 Fyłypa
28 Środa	Zdzisławy	15 Hurja
29 Czwart.	Saturnina ☾	16 Matea
30 Piątek	Andrzeja	17 Hryhorja

NOTATKI:

Grudzień

Dnie	Kalendarz rzymsko-katolicki	Kalendarz grecko-katolicki
1 Sobota	Eligjusza	18 Płatona
2 Niedz.	**1 ad. Bibjanny**	**19 Awdija**
3 Poniedz.	Franciszka	20 Hryhorja
4 Wtorek	Barbary m.	**21 Wch. w Ch.**
5 Środa	Suchy d. An.	22 Fyłymon.
6 Czwart.	Mikołaja b. 🌕	23 Amfyłoch.
7 Piątek	Suchy d., Am.	24 Kateryny
8 Sobota	**Niep. P. NMP.**	25 Kłymenta
9 Niedz.	**2 ad. W.**	**26 Ałypja**
10 Poniedz.	NMP. Loret.	27 Jakowa
11 Wtorek	Damazego	28 Stefana
12 Środa	Suchy d., A.	29 Paramona
13 Czwart.	Łucji p. m. 🌗	30 Andreja
14 Piątek	Spirydjona	1 Hrud. N.
15 Sobota	Walerjana	2 Awakuma
16 Niedz.	**3 adw., Euz.**	**3 Sofonja**
17 Poniedz.	Łazarza	4 Warwary
18 Wtorek	Ocz. NMP.	5 Sawy ap.
19 Środa	Suchy d., T.	**6 Nykołaja**
20 Czwart.	Teofila 🌑	7 Amwrozja
21 Piątek	Suchy d., T.	8 Patapja
22 Sobota	Zenona	**9 N. Z. P. B.**
23 Niedz.	**4 ad., Wikt.**	**10 Miny**
24 Poniedz.	Wigilja, A i E.	11 Danyiła
25 Wtorek	**Boże Narodz.**	12 Spirydona
26 Środa	**Szczep. męcz.**	13 Ewstratja
27 Czwart.	Jana Ap. i E.	14 Tyrsja
28 Piątek	Młodziank.	15 Ełewterja
29 Sobota	Tomasza 🌓	16 Aheja
30 Niedz.	**Sabina**	**17 Danyiła**
31 Poniedz.	Sylwestra	18 Sewastjan.

NOTATKI:

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

Kalendarz żydowski.

STYCZEŃ.

1 Stycznia 14 Thebot 5694.

LUTY.

28 Lutego 13 Adar Post Estery.

MARZEC.

1 Marca 14 Adar Purim.
31 Marca 15 Nisan **1 d. Wielkan.**

KWIECIEŃ.

1 Kwietnia 16 Nisan **2 d. Wielk.**
6 Kwietnia 21 Nisan **7 d. Wielk.**
7 Kwietnia 22 Nisan **8 d. Wielk.**

MAJ.

3 Maja 18 Ijar Lag.-Beomer.
20 Maja 6 Sywan **1 d. Ziel. Św.**
21 Maja 7 Sywan **2 d. Ziel. Św.**

LIPIEC.

1 Lipca 18 Thamus P. zd. Św.
22 Lipca 10 Ab P. zb. Świątyni

WRZESIEŃ.

2 Września 22 Elul Selichot
10 Września 1 Tiszri **N. R. 5695**
11 Września 2 Tiszri **2 d. N. R.**
12 Września 3 Tiszri Post Gd.
19 Września 10 Tiszri **Sądny D.**
24 Września 15 Tiszri **1 d. Kucz.**
25 Września 16 Tiszri **2 d. Kucz.**
30 Września 21 Tiszri św. Palm.

PAŹDZIERNIK.

1 Października 22 Tiszri. **K. Kucz.**
2 Października 23 iTszri.**R. z Pr.**

GRUDZIEŃ.

2 Grudnia 25 Kislew Chanuka
16 Grudnia 10 Thebot P. O. Jer.

Zaćmienia w roku 1934.

(Według czasu środkowo-europejskiego).

W roku 1934 nastąpią dwa zaćmienia słońca i dwa zaćmienia księżyca. Z tych widziane będzie w Europie tylko pierwsze zaćmienie księżyca i to tylko częściowo.

I. **Częściowe zaćmienie księżyca dnia 30 stycznia.** Wstęp księżyca do cienia o godzinie 17.01 wieczorem. Środek zaćmienia o godzinie 17.43 wieczorem. Występ księżyca z cienia o godzinie 18.24 wieczorem. Zaćmienie to widziane będzie w północn. zach. części Ameryki Północnej, na Półn. Morzu Lodowatem, w półn. części Oceanu Spokojnego, w Azji, Australji, na Oceanie Indyjskim, w Europie i Afryce.

II. **Całkowite zaćmienie słońca dnia 13 i 14 lutego.** Początek zaćmienia dnia 13 o godzinie 23.05 wieczorem. Początek największego zaćmienia dnia 14 o godz. 0.07 w nocy. Koniec największego zaćmienia dnia 14 o godzinie 3.10 rano. Koniec zaćmienia dnia 14 o godz. 4.11 rano. Zaćmienie to widziane będzie w wschodnich częściach Oceanu Indyjskiego, na Wyspach Sundajskich, w Australji (z wyjątkiem południ. części), na Oceanie Spokojnym i na północno-zachodnim wybrzeżu Półn. Ameryki.

III. **Częściowe zaćmienie księżyca dnia 26 lipca.** Wstęp księżyca do cienia o godzinie 11.54 przedpołudniem. Środek zaćmienia o godzinie 13.15 popołudniu. Występ księżyca z cienia o godzinie 14.36 popołudniu. Zaćmione będą 7/10 średnicy księżyca. Zaćmienie to widziane będzie w zach. częściach Półn. i Południ. Ameryki, na Oceanie Spokojnym, na Południ. Morzu Lodowatem, w Australji, na Indyjskim Oceanie, w Środk. i Wschodniej Azji.

IV. **Pierścieniowate zaćmienie słońca dnia 10 sierpnia.** Początek zaćmienia o godz. 6.51 rano. Początek największego zaćmienia o godzinie 8.21 przedpołudniem. Koniec największego zaćmienia o godzinie 11.03 przedpołudniem. Koniec zaćmienia o godzinie 12.24 popołudniu. Zaćmienie to widziane będzie w południ. połowie Afryki, na południowo-wschodnim Oceanie Atlantyckim i na południowo-zachodnim Oceanie Indyjskim.

KALENDARZ MYŚLIWSKI

Czasy ochrony zwierzyny dla Małopolski.

(Ciemne pola oznaczają czas ochrony).

Rodzaj zwierzyny	Styczeń	Luty	Marzec	Kwiecień	Maj	Czerwiec	Lipiec	Sierpień	Wrzesień	Paździer.	Listopad	Grudzień
Jelenie-byki, daniele-rogacze . . .	■	■	■	■	■	■	■	■	▌15		■	■
Sarny-kozły	■	■	■	■	▌15						■	■
Zające-szaraki	15▐	■	■	■	■	■	■	■	■	▌20		
Borsuki	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■		■
Wiewiórki	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Głuszce-koguty	■	■	▌15		15▐	■	■	■	■	■	■	■
Cietrzewie-koguty						■	■	▌15				
Jarząbki		■	■	■	■	■	■	▌15				
Bażanty-koguty		■	■	■	■	■	■	■	■	■		
Kuropatwy	■	■	■	■	■	■	■	■			■	■
Przepiórki			■	■	■	■	■	■				
Słonki					▌15	■	■	▌15				
Bataljony						■	▌10					
Dzikie łabędzie i dzikie gęsi . . .						■	▌15					
Dzikie kaczki (samice i młode) oraz inne ptactwo wodne i błotne . .			■	■	■	■	▌15					
Dzikie łabędzie i dzikie gęsi . . .					15▐	■	■					
Dropie, dropie kamionki (strepety), dzikie gołębie, drozdy, kwiczoły, paszkoty		■	■	■	■	■	■	▌15				
Ptaki krukowate i drapieżne z wyjątkiem jastrzębi gołębiarzy, krogulców, wron i srok		■	■	■	■	■	■	▌15				
Żubry, bobry, kozice, świstaki, samice i cielęta: łosia, jelenia, daniela, sarny-kozy i żoźlęta, niedźwiedzice od niedźwiątek, głuszce-kury, bażanty-kury, czarne bociany oraz w województwach: pomorskiem, poznańskiem, warszawskiem, łódzkiem, kieleckiem, lubelskiem, krakowskiem, lwowskiem, tarnopolskiem i stanisławowskiem cietrzewie i kury.	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

Kalendarzyk rybacki.

Czas ochrony.

1) Dla łososiów od 16 września do 15 marca;
2) dla troci od 16 września do 15 marca;
3) dla pstrągów od 16 września do 15 marca;
4) dla jaziów od 1 kwietnia do 31 maja;
5) dla lipieni od 1 marca do 31 maja;
6) dla głowacic od 16 marca do 15 maja;
7) dla świnek od 1 kwietnia do 15 maja;
8) dla wyrozubów od 1 kwietnia do 31 maja;
9) dla czopów od 1 kwietnia do 31 maja;
10) dla sandaczów od 16 kwietnia do 15 czerwca;
11) dla cyrt od 16 maja do 30 czerwca;
12) dla brzan i brzanek od 16 maja do 30 czerwca;
13) dla leszczów od 1 maja do 15 czerwca;
14) dla jesiotrów od 1 marca do 31 grudnia;
15) dla szczupaków od 1 marca do 15 kwietnia;
16) dla raków: a) dla samca od 1 października do 15 maja; b) dla samicy od 1 października do 31 lipca.

Nie mogą być sprzedawane, ani podawane w jadłodajniach: gatunki ryb i raki, wyszczególnione pod pozycjami 1—16, podczas oznaczonych czasów ochrony, z wyjątkiem pierwszych trzech dni tychże.

Nadto nie mogą być sprzedawane ani podawane:

jesiotry	niżej	100	ctm.
łososie	„	50	„
trocie	„	50	„
sandacze	„	40	„
głowacice	„	40	„
wyrozuby	„	40	„
węgorze	„	40	„
czeczugi	„	30	„
brzany	„	30	„
leszcze	„	30	„
jazie	„	25	„
lipienie	„	25	„
świnki	„	25	„
klonki	„	20	„
pstrągi	„	20	„
cyrty	„	20	„
brzanki	„	16	„
czopy	„	16	„
raki	„	8	„

Miara od początku głowy do końca płetwy ogonowej.

Czas ochronny nie jest jeszcze ustalony dla wszystkich ziem Rzpltej. Powyższy kalendarzyk obowiązuje dla Małopolski, dla ziem b. zaboru pruskiego są normy według dawnego ustawodawstwa niemieckiego, dla obszarów b. zaboru rosyjskiego niema jeszcze przepisów.

Taryfa pocztowa i telegraficzna.

Obrót miejscowy:

Listy zwykłe prywatne do 20 gramów — 15 gr., ponad 20—100 gramów — 20 gr., ponad 100—250 gramów — 30 gr., ponad 250—500 gramów — 40 gr.

Kartki pocztowe — 10 groszy.

Kartki z widokami, zawierające w tekście nie więcej jak 5 wyrazów z życzeniami, pozdrowieniami itp. — 5 groszy.

Telegramy od wyrazu — 5 groszy, nadto zasadnicza opłata 25 groszy.

Obrót w kraju i do Gdańska:

Listy zwykłe prywatne do 20 gramów 30 gr., ponad 20—100 gramów — 45 gr., ponad 100—250 gramów — 60 gr., ponad 250—500 gramów — 80 groszy.

Kartki pocztowe 20 groszy.

Kartki z widokami, zawierające w tekście nie więcej jak 5 wyrazów z życzeniami, pozdrowieniami itp. — 5 groszy.

Druki zwykłe do wagi 25 gramów — 5 gr., ponad 25—50 gramów — 10 gr., ponad 50—100 gramów — 15 gr., ponad 100—250 gramów — 25 gr., ponad 250—500 gramów — 50 gr., ponad 500—1 kg. — 60 gr., ponad 1 kg. — 2 kg. — 70 groszy.

Papiery handlowe do 100 gramów — 15 gr., do 250 gramów — 25 gr., do 500 gramów — 50 gr., do 1 kg. — 60 groszy.

Próbki towarowe do wagi 100 gramów — 15 gr., do wagi 250 gramów — 25 gr., do wagi 500 gramów — 50 gr.

Opłaty dodatkowe: do przesyłek Poste-restante — 10 gr., za doręczenie ekspres — 80 gr., za polecenie (recepisem) — 60 gr., od przesyłek za pobraniem — 50 groszy.

Przekazy pocztowe, pobraniowe i zleceniowe: do 10 zł. opłata 20 gr., ponad 10—20 zł. opłata 35 gr., ponad 20—50 zł. opłata 50 gr., ponad 50—100 zł. opłata 70 gr., ponad 100—250 zł. opłata 95 gr., ponad 250—500 zł. opłata zł. 1.35, ponad 500—750 zł. opłata zł. 1.80, ponad 750—1000 zł. opłata zł. 2.20.

Telegramy zwykłe od wyrazu — 15 gr., nadto opłata zasadnicza — 50 gr. — Telegramy pilne (D) od wyrazu — 30 gr., nadto opłata zasadnicza — 50 gr. Telegramy listowe (L. T.) od wyrazu — 5 gr., najmniej 20 wyrazów opłata wynosi 1 zł.

TARYFA PACZEK POCZTOWYCH.

Strefa	1	2	3	4
WAGA	do 100 km.	ponad 100 do 300 km.	ponad 300 do 600 km.	ponad 600 km.
do 1 kg.	—.50	—.60	—.60	—.60
ponad 1— 3 „	—.70	1.—	1.30	1.60
ponad 3— 5 „	1.—	1.50	2.—	2.50
ponad 5—10 „	1.50	2.50	3.50	4.—
ponad 10—15 „	2.—	3.50	5.—	6.—
ponad 15—20 „	2.50	4.50	6.50	8.—

Dopłaty: za pobranie — 50 groszy, za Poste-restante — 50 gr.

Paczki do pol. Urzędu poczt. w Gdańsku do 1 kg. zł. 1.—, do 5 kg. zł. 2.—, do 10 kg. zł. 3.—, do 15 kg. zł. 5.—, do 20 kg. zł. 6.

PACZKI ŻYWNOŚCIOWE W KRAJU.

W A G A	O P Ł A T A	
	do 100 km	ponad 100 km
	groszy	groszy
do 5 kg.	50	100
ponad 5—6 kg.	60	120
„ 6—7 kg.	70	140
„ 7—8 kg.	80	160
„ 8—9 kg.	90	180
„ 9-10 kg.	100	200

OBRÓT ZAGRANICZNY:

Do Austrji, Czech, Rumunji i Węgier:

Listy zwykłe do wagi 20 gramów — 50 gr., za każde dalsze 20 gramów — 30 groszy.

Kartki pocztowe 30 groszy.

Do wszystkich innych państw:

Listy zwykłe do wagi 20 gramów — 60 gr., za każde dalsze 20 gramów — 30 groszy.

Kartki pocztowe 35 groszy.

Druki za każde 50 gramów — 10 groszy, dopuszczalne do 2 kg.

Papiery handlowe i próbki towarowe za każde 50 gramów — 10 gr. najmniej 60 groszy.

OPŁATY STEMPLOWE.

Rachunki (lub odpisy tychże) od każdych 50 zł. — 10 gr., nie przewyższające zł. 20.— wolne od opłaty stemplowej.

Pokwitowania odbioru pieniędzy, papierów wartościowych i innych przedmiotów — 25 gr., nie przewyższające zł. 50 wolne od opłaty stemplowej.

Weksle przy sumie wekslowej do 50 zł. — 20 gr., przy sumie wekslowej do 100 zł. — 30 gr., od każdych dalszych 100 zł. opłata — 30 gr., przy sumie wekslowej do 1000 zł. — 3 zł., przy sumie wekslowej przewyższającej 1000 zł. od każdego pełnego lub zaczętego tysiąca sumy wekslowej po 3 złote.

Weksle in blanko (bez wymien. sumy) — 30 złotych.

Podania do państwowych władz i urzędów — 3 złote.

Pełnomocnictwa, jeżeli upoważnia do odbioru kwoty 100 zł. wolne od opłaty stemplowej. Do odbioru ponad 100—1000 zł. — 1 zł., do odbioru ponad 1000 zł. opłata 3 zł.

Miary.

MIARY DŁUGOŚCI.

a) metryczne:
Metr *(m)* = 10 dm = 100 cm = 1000 mm
Kilometr *(km)* = 1000 m
Decymetr *(dm)* = 0.1 m
Centymetr *(cm)* = 0.01 m
Milimetr *(mm)* = 0.001 m
b) niemetryczne:
Mila geograficzna = 7420.4 m
Mila morska = 1852 m
Yard = 3 stopy ang. = 36 cali = 91‘43992 cm
Mila angielska = 1609 m
Sążeń austrjacki = 6 stóp austr. = 72 cali = 1‘8965 m
Toise = 6 stóp franc. = 72 cali = 72‘12 linij = 1‘94909 m
Sążeń polski = 3 łokcie = 6 stóp = 1‘728 m
Mila polska = 8534 m
Sążeń rosyjski = 3 arszyny = 2‘1336 metrów.
Wiorsta = 500 sążni = 1066‘8 m

MIARY POWIERZCHNI.

a) metryczne:
Metr kwadratowy *(m^2)* = 100 dm^2 = 10.000 cm^2 = 1,000,000.000 mm^2
Ar *(a)* = 100 m^2
Hektar *(ha)* = 100 a = 10.000 m^2
Kilometr kw. *(km^2)* = 1,000,000 m^2
b) niemetryczne:
Morg austrjacki = 57‘546 a
Morg pruski = 25‘532 a
Akr angielski = 40‘569 a
Morg polski = 55‘987 a
Dziesięcina = 109‘25 a
Włóka = 30 mórg = 16 ha = 79‘61 a

MIARY OBJĘTOŚCI.

a) metryczne:
Metr sześcienny *(m^3)* = 1000 dm^3 = 1,000.000 cm^3 = 1,000,000.000 mm^3
b) niemetryczne:
Litr *(l)* = 1.000027 dm^3
Hektolitr *(hl)* = 100 l
Gallon amerykański = 3‘7854 l
Gallon angielski = 4‘5435 l
Korzec = 32 garnców = 128 l
Garniec = 4 l
Beczka rosyjs. = 40 wiader = 491‘96 l

MIARY MASY

a) metryczne:
Kilogram *(kg)* = 100 dkg — 1000 gr.
Tonna *(t)* = 1000 kg
Cetnar metryczny *(q)* = 100 kg
Dekagram *(dkg)* = 0‘01 kg
Gram *(g)* = 0‘001 kg
Decygram *(dg)* = 0‘1 g
Centygram *(cg)* = 0‘01 g
Miligram *(mg)* = 0‘001 g
b) niemetryczne:
Funt angielski = 16 uncyj = 7000 gramów = 453‘5926 g
Funt austrjacki = 560‘01 g
Funt polski = 32 łutów = 405‘5 g
Funt pruski = 467‘711 g
Funt rosyjski = $^1/_{40}$ puda = 409‘511 gramów.
Karat holenderski = 0‘2051 g

„LOT" Polskie linje lotnicze.

Pasażerskie aeroplany kursują w Polsce na następujących linjach:

z	do	via	Odległość km.
BYDGOSZCZ	Katowice	Warszawa	538
	Kraków	Warszawa, Katowice	617
	Lwów	Warszawa	622
	Poznań	Warszawa	565
	Warszawa		252
	Gdańsk (Danzig)	Warszawa	571
	Brno	Warszawa, Katowice	775
	Wien	Warszawa, Katowice	868
	Bucuresti	Warszawa	1466
	Galati	Warszawa	1260
KATOWICE	Bydgoszcz	Warszawa	538
	Kraków		79
	Lwów	Warszawa	656
	Poznań	Warszawa	599
	Warszawa		286
	Gdańsk (Danzig)	Warszawa	605
	Brno		237
	Wien		330
	Bucuresti	Warszawa	1500
	Galati	Warszawa	1294
KRAKÓW	Bydgoszcz	Katowice, Warszawa	617
	Katowice		79
	Lwów	Katowice, Warszawa	735
	Poznań	Katowice, Warszawa	678
	Warszawa	Katowice	365
	Gdańsk (Danzig)	Katowice, Warszawa	681
	Brno	Katowice	316
	Wien	Katowice	409
	Bucuresti	Katowice, Warszawa	1579
	Galati	Katowice, Warszawa	1373
GDAŃSK (DANZIG)	Bydgoszcz	Warszawa	571
	Katowice	Warszawa	605
	Kraków	Warszawa, Katowice	684
	Lwów	Warszawa	689
	Poznań	Warszawa	632
LWÓW	Bydgoszcz	Warszawa	622
	Katowice	Warszawa	656
	Kraków	Warszawa, Katowice	735
	Poznań	Warszawa	683
	Warszawa		370
	Gdańsk (Danzig)	Warszawa	689
	Brno	Warszawa, Katowice	893
	Wien	Warszawa	986
	Bucuresti		844
	Galati		638
POZNAŃ	Bydgoszcz	Warszawa	565
	Katowice	Warszawa	599
	Kraków	Warszawa, Katowice	678
	Lwów	Warszawa	683
	Warszawa		313
	Gdańsk (Danzig)	Warszawa	632
	Brno	Warszawa, Katowice	836
	Wien	Warszawa, Katowice	929
	Bucuresti	Warszawa	1527
	Galati	Warszawa	1321
WARSZAWA	Bydgoszcz		252
	Katowice		286
	Kraków	Katowice	365
	Lwów		370
	Poznań		313
	Gdańsk (Danzig)		319
	Brno	Katowice	523
	Wien	Katowice	616
	Bucuresti		1214
	Galati		1327
GDAŃSK (DANZIG)	Warszawa		319
	Brno	Warszawa, Katowice	842
	Wien	Warszawa, Katowice	935
	Bucuresti	Warszawa	1533
	Galati	Warszawa	1327

Rozkład jazdy (który się zmienia co kwartał) jest ogłoszony w P. L. L. „LOT", Kraków, Szpitalna 32. Telefon 132-22.

ODJAZDY AUTOBUSÓW

z dworca autobusowego w Krakowie, plac św. Ducha (telefon Nr. 137-17):

do	godzina
Alwerni przez Liszki, Czernichów, Rybną	17.00
Czernichowa przez Liszki (tylko w dnie przedświąteczne)	14.00
Białej przez Skawinę, Kalwarję, Wadowice, Andrychów, Kęty, Kozy	17.15
Brzeska Nowego przez Mogiłę, Pleszów, Wyciąże, Cło, Igołomję, Wawrzeńczyce	10.00 12.00 12.30 16.00 17.00 18.00
Kielc przez Słomniki, Miechów, Książ Wielki, Wodzisław, Jędrzejów, Chęciny	7.00 12.30 16.00
Krynicy przez Niepołomice, Bochnię, Brzesko, Czchów, Nowy Sącz (z wyjątkiem sobót)	10.00
Krynicy codziennie	16.30
Limanowej przez Wieliczkę, Dobczyce, Szczyrzyc, Dobrą, Tymbark	16.30
Miechowa przez Słomniki,	10.00 14.00 18.00 20.00
Mszany Dolnej przez Myślenice, Lubień, Kasinkę	16.15
Myślenic	9.00 13.00 18.00 19.30
Olkusza przez Ojców, Skałę, Sułoszową	18.00
Proszowic przez Kocmyrzów	13.00 17.00
(nadto ma być uruchomiony nowy kurs o godzinie)	12.00 18.00
Skały przez Ojców	11.00
Zakliczyna przez Niepołomice, Bochnię, Brzesko, Wojnicz	16.00
Zakopanego przez Myślenice, Chabówkę, Nowy Targ	8.00 16.00

Z dworca autobusowego w Podgórzu (plac Zgody):

Dobczyc przez Wieliczkę, piątki, osoboty, święta	14.00
inne dnie tygodnia	15.00
(w sezonie letnim o godzinę później).	
Gdowa przez Wieliczkę (święta)	14.00
w piątki i soboty	15.00
w inne dnie	16.00
Trzciany przez Wieliczkę, Gdów, Łapanów: (jak Dobczyce).	

Uwaga: Ze względu na specjalne warunki komunikacji autobusowej ew. doraźne zmiany zastrzeżone.

WZROST I WAGA CZŁOWIEKA

w różnych okresach życia.

(Podług Schmied-Monarda, Quetelet, Landoisa i Montiego).

W ciągu pierwszych 4-ch dni waga noworodka spada o $^1/_{14}$—$^1/_{15}$ ciężaru pierwotnego, t. j. około 170—222 gr., w ciągu następnych 4 dni następuje wyrównanie, tak, że 8-go dnia waga ciała = wadze dnia pierwszego. Od 9-go dnia ciężar ciała wzrasta.

Wiek	Mężczyźni		Kobiety		Przyrost wagi	
	Wzrost w cm.	Waga w kg.	Wzrost w cm.	Waga w kg.	dzienny (gramów)	miesięczny wzgl. rocz.
Noworodek	50·6	3·45	50·1	3·22	—	—
1 miesiąc	54·1	4·11	50·8	4·00	25—35	750 gr.
2 miesiące	55·6	4·84	57·5	4·79	23—32	700 „
3 „	59·9	5·67	59·3	5·41	22—28	650 „
4 „	60·5	5·87	61·0	5·87	20—22	600 „
5 „	63·0	6·80	62·2	6·43	18	550 „
6 „	64·4	7·02	64·0	6·86	17	500 „
7 „	66·1	7·15	64·9	6·94	15	450 „
8 „	67·4	7·58	66·9	7·40	13	400 „
9 „	67·9	8·31	67·0	7·53	12	350 „
10 „	69·6	8·41	67·0	7·59	10	300 „
11 „	71·0	8·59	68·1	7·76	8	250 „
12 „	70·7	8·48	71·8	8·28	6	200 „
2 lata	79·1	11·0	78·1	11·0	—	2·0 kg.
3 „	86·4	12·5	85·4	12·4	—	1·5 „
4 „	92·7	14·0	91·5	13·9	—	2·0 „
5 lat	98·7	15·9	97·4	15·3	—	1·5 „
6 „	104·6	17·8	103·1	16·7	—	1·0 „
7 „	110·4	19·7	108·7	17·8	—	2·0 „
8 „	116·2	21·6	114·2	19·0	—	2·0 „
9 „	121·8	23·5	110·6	21·0	—	2·0 kg.
10 lat	127·3	25·2	124·9	23·1	—	2·5 „
12 „	137·5	29·0	135·2	29·0	—	4·0 „
14 „	146·9	37·1	144·6	36·3	—	—
16 „	155·4	45·4	152·1	43·5	—	—
18 „	163·0	53·9	156·2	49·8	—	—
20 „	167·0	59·5	157·4	53·2	—	—
25 „	168·1	66·2	157·8	54·8	—	—
30 „	168·6	68·9	158·0	55·3	—	—
40 „	168·6	68·8	158·0	56·6	—	—
50 „	168·6	67·4	157·1	58·3	—	—
60 „	167·6	65·5	155·6	56·7	—	—
70 „	166·0	63·0	154·4	53·7	—	—
80 „	168·6	61·2	153·4	51·5	—	—
90 „	161·0	57·8	151·0	49·4	—	—

Tablica wyrzynania się zębów

w warunkach normalnych.

A) ZĘBY MLECZNE.

Dwa środkowe siekacze dolne	w 6–8 m
4 siekacze górne, z początku środk., potem boczne	» 10–12 »
4 pierwsze zęby trzonowe oraz siekacze boczne dolne, wyrzynają się w porządku następującym: naprzód dwa przednie trzonowe górne, potem 2 boczne siekacze dolne i w końcu 2 przednie trzonowe dolne	» 15–18 »
4 kły — naprzód 2 górne potem 2 dolne . .	» 18–24 »
4 drugie trzonowe	» 30–36 »

B) ZĘBY TRWAŁE.

4 pierwsze trzonowe duże wyrzynają się . .	w 6–7 roku
4 siekacze środkowe	» 7–8 »
4 siekacze boczne	» 8–9 »
4 pierwsze trzonowe małe	» 9–11 »
4 drugie trzonowe małe	» 10–11 »
4 kły	» 11–13 „
4 trzonowe duże	» 12–14 »
4 zęby mądrości	» 17–25 »

Długość wylęgania i zaraźliwość chorób zakaźnych.

Choroba	Długość wylęgania	Zaraźliwość
Błonica	2 — 7 dni	około dwa tygodnie
Cholera	2 — 5 »	dopóki zarazek znajduje się w kiszkach (miesiące)
Czerwonka (dyzenterja)	3 — 8 »	dopóki las, znajduje się w kale
Dur brzuszny	2 — 4 tyg.	kilka tygodni do kilku miesięcy
Dur wysypkowy	10 — 21 dni	kilka miesięcy
Grypa	1 — 6 »	1 — 4 tygodni
Jaglica	różne	aż do wyleczenia
Koklusz	5 — 6 »	6 tygodni
Odra	9 — 11 »	3 tygodnie
Ospa wietrzna	13 — 17 »	aż do opadnięcia strupów
Ospa naturalna	10 — 14 »	6 — 8 tygodni
Płonica	3 — 11 »	6 tygodni
Przymiot	20 — 25 »	około 3 lat
Róża	12 — 61 godz.	aż do złuszczenia skóry
Różyczka	— 28 dni	4 tygodnie
Rzeżączka	2 — 8 »	dopóki w wydzielinach jest zarazek
Świnka	4 — 14 »	3 tygodnie
Tężec	2 — 20 »	aż do zniknięcia zarazka
Wąglik	kilka godz. do 14 dni, średn. 2-3 dni	dopóki istnieje zarazek w wydzielinach, kale, krwi plwocin
Wścieklizna	14 — 60 dni 360	do śmierci chorego
Wrzód miękki	12 do 48 godzin	aż do zmiany na ranę czystą
Zapalenie nagm [opon	3 — 13 dni	24 dni od zakażenia 6 » » zachorowania
Zimnica	6 — 21 dni śr. 14	dopóki zarazek jest we krwi

Jak się ustrzedz chorób zakaźnych?

Kto chce uniknąć zachorowania na choroby zakaźne, winien zachować następujące środki ostrożności.

1) Ręce myć wodą z mydłem przed każdem jedzeniem.

2) Usta płukać rano i wieczorem oraz przed każdem jedzeniem, wodą przegotowaną lub lepiej wodą z boraksem (łyżeczka na szklankę wody).

3) Utrzymywać ciało w czystości (kąpać się jak najczęściej).

4) Bieliznę osobistą i pościelową zmieniać raz na tydzień. Poduszki, materace i sienniki wietrzyć na słońcu raz na 2 tygodnie.

5) Czuwać nad czystością odzieży. Odzież wietrzyć i trzepać przynajmniej raz na tydzień.

6) Mieszkanie przewietrzać możliwie często (parę razy dziennie).

7) Podłogę po skropieniu wodą zamiatać codziennie przy otwartych oknach lub drzwiach i szorować wodą gorącą z mydłem szarem co tydzień, ściany i sufity często okurzać przy otwartych oknach.

8) Pluskwy, pchły i wszy tępić wodą wrzącą, terpentyną, naftą lub benzyną, tępić myszy i szczury.

9) Nie pić wody nieprzegotowanej, nie używać napojów wyskokowych, nie jadać strawy nieświeżej.

10) Nie wychodzić z domu naczczo. Jeść 2 razy dziennie strawę gorącą świeżo przygotowaną. Pieczywo przed jedzeniem wstawić do pieca gorącego na 10 minut.

11) Zabezpieczyć pokarm od much i pyłu, przykrywając go starannie.

12) W razie chorób żołądka lub kiszek (wymioty, boleści, biegunka i t. d.) udać się natychmiast o poradę do lekarza.

13) Nie odwiedzać chorych i zmarłych na choroby zakaźne.

14) Osoby, pielęgnujące chorych powinny: a) myć przed każdem jedzeniem ręce i twarz wodą z mydłem, b) usta płukać roztworem boraksu przed każdem jedzeniem, rano i wieczorem, c) kąpać się często i często zmieniać bieliznę, d) nie zbliżać się do chorego inaczej, jak w białym fartuchu lub prześcieradle, okrywającem całe ubranie, fartuch przy wyjściu pozostawiać w pokoju chorego, a przy najmniejszem splamieniu odchodami chorego, natychmiast zanurzyć go we wrzącym roztworze sody (łyżeczka na szklankę wody), e) obuwie przy wyjściu z pokoju chorego wytrzeć ścierką, zmoczoną w 5 % roztworze karbolu lub 1 % sublimatu, f) uniknąć wykroczeń w djecie i zwracać uwagę na stan swego zdrowia.

15) Wszelkie odchody chorego wylewać do ustępu po starannej dezynfekcji mlekiem wapiennem lub wapnem niegaszonem. Wszelkie naczynia użyte przez chorego wygotować w wodzie z sodą w ciągu $1/2$ godziny. Bieliznę chorego przed oddaniem do prania wygotować przez $1/2$ godziny w 2 % roztworze sody.

16) Podłogę w mieszkaniach chorych lub zmarłych na choroby zakaźne wyszorować wodą gorącą z mydłem szarem, również wyszorować wodą gorącą z mydłem szarem wszystkie sprzęty domowe, naczynia blaszane wygotować w roztworze sody; ściany i sufity w mieszkaniu pobielić wapnem. Słomę z siennika spalić, ubranie i pościel chorego i otoczenia poddać dezynfekcji.

PORADNIK LEKARSKI.

Zdrowe zęby to pierwsza forteca przeciw chorobie.

1. Jedz pomału — pogryź należycie każdy kęs. Źle zgryzione niewystarczająco ze śliną zmieszane pokarmy powodują schorzenia przewodu pokarmowego, jak nieżyt żołądka i jelit.

2. Po każdem jedzeniu wypłócz usta i wyszczotkuj zęby. Również protezy (płytki, mostki zębowe) muszą być czysto utrzymywane. Przez usunięcie resztek pokarmów z jamy ustnej zapobiega się ich gniciu i rozmnażaniu się zarazków chorobowych.

3. Chroń zęby przed próchnicą. Skrzętne mechaniczne czyszczenie zębów zapomocą szczoteczki (nie drewnianej, nie gumowej) ze sprężystym, sztywnym włosem, (u dzieci — średniotwardym) najlepiej zabezpiecza cię przed psuciem się zębów. Samo płókanie nie wystarczy.

4. Niezwłocznie lecz chore zęby: Zaniedbanie jamy ustnej ułatwia rozwój zarazków chorobowych. Zarazki te nagromadzone w jamie ustnej mogą z niej wędrować do odległych narządów i wywołują różne choroby zakaźne; jak ropne zapalenie migdałków, błon sercowych, błon mózgowych, zapalenie płuc, zapalenie wyrostka robaczkowego, stawów (gościec nerwów, rwa kulszowa), zakażenia krwi, schorzenia oka, ucha i t. p.

5. Pielęgnuj mleczne i stałe zęby swych dzieci: Każdy, choćby jeden psujący się ząb zaraża resztę zębów, a co groźniejsze, jest nieraz przyczyną ciężkich chorób całego ustroju. Częste lekarskie oględziny zębów są konieczne.

6. Każdy musi używać własnej szczoteczki do zębów. Czyszczenie należy rozpocząć płókaniem. Długotrwałe szorowanie zębów, zwłaszcza przy użyciu źle przyrządzonych past lub proszków jest szkodliwe.

7. Pamiętaj, że higjena jamy ustnej i zębów — to warunek zdrowia każdego człowieka: „zdrowe zęby — w zdrowem ciele!“

Wzrok jest błogosławieństwem życia.

1. Strzeż pilnie oczy przed uderzeniem, zranieniem, zaprószeniem, rażącym blaskiem światła! Przy pracy osłaniaj oczy zapomocą okularów ochronnych.

2. Nigdy nie dotykaj oczu brudnemi rękami. Tarcie oczu lub nieumiejętne usuwanie obcego ciała może uszkodzić i zakazić gałki oczne.

3. Chroń oczy przed zakażeniem. Ropna wydzielina np. z narządów płciowych zakażonych rzeżączką, przeniesiona przez nieostrożność na spojówki oczu — wywołuje ciężkie zapalenie, sprowadzające najczęściej ślepotę.

4. Nie wytężaj lekkomyślnie wzroku. Czytanie i praca przy złem oświetleniu, a więc rażącem lub zbyt ciemnem osłabia wzrok.

5. Dbaj o wzrok własny i swoich dzieci. W razie upośledzonej bystrości widzenia — zasięgnij wcześnie porady lekarza (nie optyka). Tylko lekarz może należycie rozpoznać wadę wzroku lub inną chorobę oczu i tylko lekarz może wskazać skuteczne leczenie.

W dziecku przyszłość społeczeństwa.

1. Matko karm dziecię własną piersią! Dzieci odżywiane pokarmem z piersi matczynej są znacznie odporniejsze na wszelkie choroby, zwłaszcza zakaźne.

2. Nie wolno matce uchylać się od obowiązku karmienia swych dzieci piersią. „Mleko matki jest własnością dziecka". Tylko lekarz ze względu na zły stan zdrowia matki może ją zwolnić od obowiązku karmienia.

3. Zanim dotkniesz dziecko, umyj ręce! Czyste otoczenie dziecka — to połowa jego zdrowia.

4. Matko! Nie pozwalaj całować swych dzieci osobom obcym! Sama też nigdy ich nie całuj, jeśliś chora! Bardzo często przez pocałunek osoby chorej dziecko zakaża się.

5. Pamiętajcie, że słońce, woda, świeże powietrze i należyte odżywianie — to konieczne warunki zdrowia waszych dzieci.

6. Korzystajcie z Poradni dla Niemowląt. Lekarze specjaliści, ordynujący w poradniach, udzielą Wam potrzebnych wskazówek, jak macie pielęgnować swe potomstwo, aby chowało się w zdrowiu.

7. Dbajcie o własne zdrowie. Chore otoczenie jest niebezpieczne dla małoodpornego ustroju dziecięcego. Zresztą, wszyscy wiemy, że tylko zdrowi rodzice mają zdrowe potomstwo!

Dobre odżywianie — zdrowy człowiek.

1. Odżywiaj się rozumnie! Dobieraj zawsze odpowiednie pokarmy i napoje.

2. Jedz regularnie i umiarkowanie! Posiłki, pobierane w regularnych odstępach czasu, mogą być należycie strawione i wessane; natomiast nadmierna ilość pożywienia, nieraz spożytego, nie tylko nie może być strawiona, lecz pozatem wywołuje zaburzenia w przewodzie pokarmowym i utrudnia pracę serca.

3. Myj ręce przed każdym posiłkiem! W brudzie rąk tkwią zarazki chorobowe, które mogłyby się dostać wraz z pożywieniem do ustroju.

4. Nie jedz zbyt gorących ani zbyt zimnych pokarmów! Drażnienie błon śluzowych gorącem lub zimnem może ułatwić powstanie zapalenia i owrzodzeń przewodu pokarmowego.

5. Dbaj o należyte odżywienie dzieci! Ustrój ludzki, zwłaszcza zaś rozwijający się ustrój dziecięcy, dla zachowania zdrowia potrzebuje codziennego dowozu energji w postaci zdrowego pokarmu.

Sport to siła i zdrowie.

1. Używaj lata rozumnie! Każdą wolną chwilę spędzaj na łonie przyrody, oddychaj świeżem powietrzem, korzystaj z wody i letniego słońca.

2. Wzmacniaj ciało systematycznem ćwiczeniem! Co dnia poświęć kilka chwil dla zdrowia.

3. Uprawiaj sporty letnie, jak przechadzki, wycieczki, kąpiel wodną, pływanie, kąpiel powietrzną i słoneczną i t. p. Tylko umiarkowane sporty są pożyteczne. Wszelkie sporty konkursowe są bardzo szkodliwe dla zdrowia.

4. Odziewaj się w lecie lekko. Pozwól, by ciało twoje miało należyty przewiew.

5. Zachowuj miarę i czystość w jedzeniu i piciu. Nie pij wody z potoków, rzek, stawów i t. p. Jadaj tylko obmyte owoce. Woda, owoce lub inne pokarmy, zanieczyszczone zarazkami, są przyczyną chorób zakaźnych jak dur (tyfus) brzuszny, czerwonka.

6. Nie pij zimnych płynów, będąc zmęczony! Łatwo w ten sposób możesz ulec przeziębieniu.

7. Unikaj przesadnego naświetlania ciała promieniami słońca! To bowiem grozi bardzo niebezpiecznym dla życia udarem słonecznym.

Zewsząd grypa na cię czyha.

oto 10 przykazań przeciw grypie:

1. Unikać zbytnio przegrzanych mieszkań. Temperatura winna wynosić 18 st. C. i nigdy nie przekraczać 20 st. C.

2. Dbać o odpowiednią wilgoć powietrza, gdyż zbytnia suchość bardzo drażniąco i ujemnie wpływa na drogi oddechowe, szczególnie przy centralnem ogrzewaniu należy umieszczać naczynia z wodą.

3. Przewietrzać często lokale pracy i miejsca rozrywek, jak kina, teatry i t. d. gdyż powietrze przesycone kurzem i zużyte jest największym sojusznikiem grypy.

4. Pamiętać o tem, że katary i kaszle mogą udzielać się innym, unikać więc należy styczności z ludźmi kichającymi i kaszlącymi.

5. Unikać tłoku i większych skupień, gdyż grypa najłatwiej szerzy się w większych zbiorowiskach.

6. Zachowywać czystość ust, ciała i odzieży.

7. Nie nosić, ani ciasnego ubrania, ani ciasnego obuwia, ani ciasnych rękawiczek.

8. Myć ręce przed jedzeniem.

9. Nie używać ręczników, prześcieradeł, jak również naczyń, szklanek używanych przez chorych i nie wypranych i nie wymytych.

10. Codziennie nawet w zimie, przynajmniej godzinę przebywać na otwartem powietrzu w ruchu, jednocześnie stale hartować ciało zapomocą zimnych nacierań i natrysków.

PORADNIK LEKARSKI
W NAGŁYCH WYPADKACH.

Ciał obcych z ucha nie wolno nie lekarzom usuwać za pomocą jakichkolwiek narzędzi, gdyż mogą uszkodzić błonę bębenkową i wywołać groźne dla życia zapalenie. Wolno jedynie przestrzyknąć ucho sprycą gumową; do przepłukania użyć wody letniej. O ile w uchu jest groch, ziarno zbożowe, pęczniejące od wody, należy przed przestrzyknięciem lać do ucha trochę gliceryny. Jeżeli po kilkatrotnem przestrzyknięciu ciało obce nie wypadnie, udać się należy bezwłocznie do lekarza.

Ciała obce w oku, a raczej w worku łącznikowym, w większości wypadków spływają przy obfitem łzawieniu. Skoro nie wypłyną same, próbować należy przepłukania wodą letnią, nalaną do kieliszka. Gdy i ten sposób zawiedzie, należy wywrócić powiekę dolną, a następnie górną i ostrożnie zdjąć pyłek wacikiem. Najlepiej zaś zawiązać oko i coprędzej udać się do lekarza. Trzeć oka w żadnym razie nie wolno, gdyż może ulec zranieniu rogówka, co pociągnąć może za sobą utratę wzroku.

Ciała obce w nosie są wprowadzone zazwyczaj przez dzieci w czasie zabawy (paciorki, groch, guziki i t. p.). O ile nie wypadną przy kichaniu lub kaszlu, udać się należy do lekarza. Nie wolno pod żadnym pozorem przedmuchiwać, ani przestrzykiwać nosa, gdyż ciało obce dostać się może do krtani i spowodować uduszenie.

Ciała obce w gardzieli i krtani, inaczej udławienie kęsem pokarmowym, jest wypadkiem groźnym dla życia. Chory ksztusi się i nie może odetchnąć, gdyż kęs zatyka krtań; stąd nastąpić może uduszenie już po paru minutach. Głowę i tułów chorego należy zgiąć ku ziemi, drażnić piórkiem gardziel dla wywołania wymiotów, przy których kęs wypaść może, uderzać po karku chorego przy nachylonej głowie, wreszcie wprowadzić jak najgłębiej palec wskazujący i usunąć ciało obce. Po usunięciu ciała obcego, gdy chory słabo oddecha, robić oddech sztuczny. Pomoc lekarska natychmiast nieodzowna.

Ciała obce w przełyku. Przy łykaniu wielkich kęsów jedzenia, lub też ciał obcych, monety, ości, kostki i t. p., ciało takie może uwięzgnąć w przełyku. Chory czuje wtedy ból i przestaje połykać. Jeżeli jest na miejscu pomoc lekarska, wezwać ją należy natychmiast, w przeciwnym razie, dawać choremu jeść chleb, kartofle, pić wodę w dużych ilościach, aby przepchnąć obce ciało do żołądka. Nawet po wydobyciu ciała obcego przez kilka dni chory czuje ból i kłucie w przełyku.

Ciała obce w żołądku i kiszkach, o ile nie są ostre, zazwyczaj nie wywołują zaburzeń, ostre powodować mogą przedziurawienie żołądka i kiszek, pomoc więc lekarska jest nieodzowna. Przed przybyciem lekarza należy dawać choremu obficie chleb i kartofle, aby ciało obce, otoczone miazgą pokarmową, z nich powstałą, mogło przejść przez kiszki, nie wywołując uszkodzeń.

Drgawki są objawem różnych chorób mózgu i chorób nerwowych. Najczęściej zdarzają się w padaczce, zapaleniu nerek, u dzieci w różnych chorobach, u kobiet w czasie ciąży i choroby nerek, w wieku późniejszym, jako objaw wylewów krwi i guzów mózgowia oraz zatrucia. Drgawki wogóle z wyjątkiem padaczki są groźne dla życia i natychmiast wymagają pomocy lekarskiej. O przerwaniu napadu drgawek niema mowy. Jedyną pomocą jest ułożyć chorego na miękkim podkładzie, ew. podłożyć mu pod głowę, łokcie i nogi, ubranie, poduszkę i t. p., oraz między zęby trzonowe założyć korek, aby uchronić chorego od skaleczeń języka przy skurczach szczęk. Pozatem postarać się o jak najszybszą pomoc lekarską.

Elektrycznością porażenie wywołuje oparzenia w miejscu dotknięcia, wstrząs ogólny, omdlenie, utratę przytomności. Porażonego oddzielić przedewszystkiem należy od źródeł prądu, nie wolno się jednak dotykać gołemi rękoma ani chorego ani drutów, należy na ręce włożyć rękawiczki gumowe lub okręcić je suchemi szmatami i stanąć na suchej desce drewnianej. Po usunięciu przewodników dokonywać oddechania sztucznego, dawać sole i środki trzeźwiące, opatrzeć oparzenia.

Gazami zatrutego natychmiast wynieść na powietrze; o ile nie oddecha, tlen, rozcierać ciało flanelą, dawać środki podniecające (eter, kawa czarna, koniak). Wezwać lekarza.

Kąsane rany. Ponieważ nigdy przewidzieć nie można, czy rana kąsana nie pochodzi od zwierzęcia wściekłego, zawsze zachować się należy z ostrożnością wielką względem tych ran. Kończynę ukąszoną przewiązać zaraz powyżej, wyssać z ranki krew za pomocą bańki lub wprost ustami (o ile dziąsła są zdrowe) i przypalić rankę jodyną. W razie poważniejszych przypuszczeń wścieklizny, udać się do najbliższego instytutu szczepień leczniczych Pasteura. W ukąszeniu przez żmiję postępowanie takież same, jak wyżej; dobrze jest dawać choremu dużo wyskoku, nim przybędzie lekarz (w postaci wódki, koniaku). W ukąszeniach pszczół, ós, komarów, po usunięciu żądła (pszczoła), robić okłady z roztworu lekkiego amoniaku, toż samo stosować w poparzeniach pokrzywą.

Krwotoki: a) **z nosa** mogą być nieraz bardzo obfite. Chorego należy posadzić i mocno odchylić głowę ku tyłowi. Jeżeli to nie wystarcza, przykładać lód na kark i zatamponować gazą nozdrza.

szybko wzywając pomocy lekarskiej. b) **Krwotoki z płuc** zwykle u chorych na płuca i serce mogą być bardzo obfite. Chorego posadzić w łóżku wysoko, położyć pęcherz z lodem na piersi, dawać do połykania lód w kawałkach, lemoniady kwaśne do picia. Wezwać niezwłocznie lekarza. c) **Krwotoki żołądka** zdarzają się w owrzodzeniach tego narządu, są nadzwyczaj czarne, fusowate, choć może być i krew czerwona. Chory wymiotuje krwią. Ułożyć go należy na wznak, dawać pigułki z lodu do połykania, nie dawać żadnych napojów i położyć lód na dołek przed przybyciem lekarza. d) **Krwotoki z kiszek** w przebiegu tyfusu brzusznego i innych chorób, wymagają specjalnej opieki lekarskiej, na razie, położyć należy lód na brzuch w dolnej prawej jego części. e) **Krwotoki hemoroidalne** z odbytnicy skutkiem pęknięcia rozszerzonych żył nie są zwykle obfite; do zatamowania wystarcza zazwyczaj okład zimny na odbyt lub też okład zimny z wody z dodatkiem łyżki na szklankę wody Burowa.

Oddech sztuczny, jeden z najdzielniejszych środków ratunkowych, z którym zapoznać się winien każdy. Stosujemy go w zatruciu gazami kloacznemi, gazem świetlnym, zaczadzeniu, różnych innych zatruciach, gdy chory nie oddecha, w utonięciu, uduszeniu, porażeniu słonecznem i t. p., wogóle tam, gdzie chory nie oddecha, lub oddecha słabo. Chorego układamy na podłodze, na stole, na łóżku, wysuniętym na środek, pod klatkę piersiową podkładamy poduszkę, zwiniętą w rulon, ubranie lub t. p. Ujmujemy dłonią jego przedramiona tuż przy dłoniach, stojąc poza chorym i podnosimy ramiona oddalając je od klatki piersiowej ku górze i tyłowi, przez co rozszerza się klatka piersiowa i następuje wdech; następnie zbliżamy ramiona do klatki piersiowej i zginając kończyny w stawie łokciowym, przyciskamy górną część brzucha — następuje wydech. Te dwa ruchy wykonujemy rytmicznie, co 3 sekundy, czyli 20 na minutę, przestając co kilka minut, aby przekonać się, czy chory oddecha sam. Oddech sztuczny stosować trzeba długo, niekiedy 20 do 30 minut, nim nastąpią prawidłowe ruchy oddechowe.

Odmrożenie powstaje przy długotrwałem działaniu zimna, szczególniej wilgotnego na skórę. Rozróżniamy 3 stopnie. Przy pierwszym skóra jest sinawo-blada, traci czucie, po pewnym czasie czerwienieje i łuszczy się; przy silniejszem lub dłuższem działaniu mrozu na skórze tworzą się pęcherze, wypełnione krwawą zawartością, pozostawiając po zagojeniu blizny. Odmrożenie trzeciego stopnia wywołuje zgorzel (gangrenę) nietylko skóry, ale mięśni i kości. Odpadają wtedy uszy, nos, końce palców, a nawet całe kończyny. Znieczulające działanie mrozu powoduje, że na razie nie zwracamy uwagi na odmrożenie; stąd łatwe przejście od 1-go do 3-go stopnia. Pobudzić przedewszystkiem należy krążenie w częściach odmrożonych przez nacieranie suchym śniegiem a następnie flanelą. Po zaczerwienieniu okolicy odmrożonej nakładamy opatrunek z wazeliną borną, czystą oliwą lub t. p. Przy obszernych odmrożeniach i zamarznięciu, chorego nie wolno wprowadzać odrazu do ciepłego pokoju, ani kłaść w ciepłe łóżko.

Omdlenie zależy od złego krążenia krwi w mózgu, należy więc przedewszystkiem ułożyć chorego poziomo i unieść w górę dolne kończyny i tułów, tak, aby głowa była niżej. Spryskać twarz wodą.

zimną, dawać do wąchania sole trzeźwiące, amoniak, eter, do wewnątrz eter po 10—15 kropel, wino, koniak, kawę czarną. Gdy oddech jest powierzchowny, stosować oddech sztuczny.

Oparzenia powstają skutkiem działania na skórę płomienia, palących się gazów, płynów gorących, pary wodnej oraz działania żrących środków, jak kwasy, ługi, karbol, lizol i t. p. Rozróżniamy 3 stopnie. Przy działaniu krótkotrwałem ciał niezbyt gorących następuje zaczerwienienie skóry i silny ból piekący (1 stopień); przy działaniu dłuższem tworzą się wypełnione przeźroczystym płynem pęcherze (2 stopień); przy jeszcze silniejszem działaniu skóra twardnieje, staje się pergaminowa i ulega zgorzeli. W oparzeniach 1-go stopnia skórę pokrywamy warstwą tłuszczu: masła świeżego, waseliny, oleju lnianego; w oparzeniach 2 i 3 stopnia należy nakładać opatrunek sterylizowany, smarując skórę borowaseliną, lub też zasypując ajrolem, kseroformem; w obszernych oparzeniach zdejmujemy ubranie i zawijamy chorego w prześcieradło, zmaczane w wodnym roztworze kwasu bornego z dodatkiem gliceryny i w takim stanie dostarczamy do szpitala. W oparzeniach kwasami przedewszystkiem zmywamy kwas wodą z dodatkiem lekkiego roztworu amoniaku lub mydła i dopiero opatrujemy; w oparzeniach ługami zobojętniamy je wodą z dodatkiem kwasu cytrynowego lub cytryny; w oparzeniach wapnem zmywamy je dużą ilością wody. Pomoc lekarska jest nieodzowna, szczególniej, gdy oparzeniu uległy np. oczy.

Opatrunki ran. Rany wogóle goją się same, o ile będą czyste, t. j. nie ulegną zakażeniu drobnoustrojami z powietrza, wody, ziemi, rąk opatrującego, opatrunku niedbałego. Pierwszy więc opatrunek stanowi nieraz o dalszem gojeniu się rany, a nawet życiu chorego. 1) Do opatrywania ran przystępować należy z czystemi rękami, które wymyć należy wodą z mydłem, opłukać w spirytusie i 2 % roztworze karbolu lub lizolu. Gdy niema na to czasu, należy ręce dobrze opłukać w jodbenzynie, ewentualnie posmarować jodyną, 2) Okolicę rany należy oczyścić, używając w tym celu waty zmoczonej w jodbenzynie, ew. wyjodynować całą okolicę rany. 3) Po oczyszczeniu rany, opatrzeć ją, używając opatrunków sterylizowanych, gotowych lub też opatrunków, zmoczonych w wodzie karbolowej, ew. gazy jodoformowej, bornej lub innej. Opatrunek składa się: a) z gazy hygroskopijnej sterylizowanej, odkrawamy czystemi nożyczkami (p. wyżej), nie dotykając się palcami, a czystą wygotowaną w wodzie pincetką gazę kładziemy nie na płask, a w postaci harmonijki złożoną, b) z warstwy waty hygroskopijnej sterylizowanej i c) z bandaża. Zamiast bandaża do umocowania opatrunku możemy użyć plastra lepkiego, pokrajanego w paseczki. Nie wolno rany zaklejać plastrami. Rannego jak najprędzej należy oddać w ręce lekarza, zeszycie bowiem rany możliwe jest tylko w ciągu paru pierwszych godzin.

Opatrunki złamań kości, mają na celu unieruchomienie złamanej kości, której odłamy mogłyby zranić naczynia, mięśnie i przebić skórę. Opatrunek złamania kości polega: 1) na wyciągu obu odłamów kości; w tym celu jedna osoba ciągnie dolny odłam ku dołowi, druga górny ku górze, trzecia zaś wykonywa złożenie kości, t. j. ustawienie jej w położeniu normalnem. 2) Na unieruchomienie odłamów przez nałożenie łupek, poprzednio jednak, by łupki nie raniły skóry,

należy kończynę owinąć watą lub miękką tkaniną, 3) na przymocowaniu łupek bandażem, 4) na zawieszeniu ręki na temblaku, ewentualnie, na ułożeniu złamanej nogi na łóżku lub noszach. Bandaż zastąpić można chustkami, któremi wiążemy łupki. Kończyny dolne u chorego, leżącego w łóżku lub na noszach, unieruchomić można, okładając kończynę 2-ma pończochami, wypełnionemi piaskiem lub popiołem. Jeżeli przy złamaniu mamy jednocześnie ranę, przed nałożeniem opatrunku unieruchamiającego, należy starannie opatrzeć ranę. Opatrunek taki uważać należy za prowizoryczny i chorego natychmiast odstawić do szpitala, ewentualnie wezwać lekarza.

Otrucia. Głównem zadaniem przy otruciach jest usunięcie trucizny z organizmu. Najlepszym do tego celem jest zgłębnik żołądkowy i przepłukanie żołądka czystą wodą lub z dodatkiem odpowiedniej odtrutki. Ponieważ jednak przepłukania może dokonać tylko lekarz, więc, gdy go niema w pobliżu, należy spowodować wymioty, podając ciepłą wodę z rozpuszczonem mydłem, solą kuchenną, mąką gorczyczną lub też łechtając gardło (łuki podniebienne). W zatruciu kwasami podawać mleko, wodę białkową, lub wapienną, kredę, lód, w zatruciu alkaliami (ługami) — ocet, mleko, — w zatruciu alkaloidami należy podawać b. silny wywar herbaty. Jako leki wzmacniające podawać czarną kawę, rum, wino, koniak, oblewać zimną wodą, nacierać szczotkami, synapizmy, lewatywy z octu, rytmiczne uderzenia dłonią w okolicę serca.

Piorunem porażenie powstaje skutkiem wyładowania elektryczności z chmur. Piorun wywołuje stłuczenia, oparzenia, szczególniej w miejscach, gdzie były części metalowe ubrania: guziki, medaliki łańcuszki, które topi; pozatem ogłuszenie, nieprzytomność, omdlenie, porażenie ogólne. N i e w o l n o p o r a ż o n e g o z a k o p y w a ć w ziemię — ale skoro nie oddecha, robić sztuczny oddech; gdy leży w omdleniu, dawać środki trzeźwiące; spryskać twarz wodą, do wąchania dawać sole trzeźwiące, amoniak, eter. Oparzenia i stłuczenia opatrywać jak wskazano w odpowiednich ustępach.

Powieszenie jest odmianą uduszenia z częstem uszkodzeniem kręgów. Powieszonego natychmiast odciąć należy, pętle na szyi przeciąć i natychmiast stosować oddech sztuczny w ciągu conajmniej $^1/_2$ godziny, aż do chwili, gdy zacznie oddechać. Spryskiwać twarz wodą zimną, do wąchania dawać eter, sole trzeźwiące, po przyjściu do przytomności inne środki podniecające. Wezwać lekarza.

Słoneczne porażenie czyli u d a r s ł o n e c z n y, powstaje skutkiem przegrzania organizmu w dni upalne. Chory uskarża się na ból głowy, nudności, często traci przytomność. Twarz czerwona, białka krwią nabiegłe. Chorego przenieść należy w miejsce ocienione, na głowę kłaść zimne okłady, wycierać całe ciało wodą zimną zdrojową i dawać pić dużo wody. W omdleniu środki trzeźwiące, w razie przedłużającej się niemocy, spieszyć z pomocą lekarską.

Stłuczenia powstają skutkiem uderzenia ciała twardego i zarazem ciężkiego o powierzchnię naszego ciała. Pierwszem wskazaniem w stłuczeniach jest spokój stłuczonej kończyny, pozatem stosować należy na miejsce słuczenia lód lub okłady zimne w ciągu pierwszych 12 godzin, następnie kompres pod ceratką z wody Burowa.

Udar mózgowy jest wynikiem wylewu krwi z naczyń mózgowych do istoty mózgu. Występuje u ludzi starszych skutkiem zwapnienia naczyń mózgowych. Bezpośrednią przyczyną jest wzruszenie, wstrząśnienie moralne lub fizyczne; często brak bezpośredniej przyczyny wywołującej. U ludzi młodszych z chorobami serca częściej zdarza się zatkanie naczyń mózgu. Następstwem w obu razach jest śmierć natychmiastowa lub też krócej lub dłużej trwałe porażenie połowiczne, t. j. lewej ręki, lewej nogi, prawej połowy twarzy lub odwrotnie. Pierwszem wskazaniem jest wysokie ułożenie chorego, lód na głowę, kąpiel gorczyczna na nogi. Należy wezwać lekarza natychmiast.

Utonięcie. Po wyciągnięciu topielca należy go bezzwłocznie obrócić twarzą ku ziemi, opuściwszy głowę niżej, aby, o ile można wylać wodę z jamy ustnej, nosa, gardzieli, krtani, poczem przystąpić do energicznego stosowania oddechu sztucznego (p. w.), który robić, dopóki chory sam nie zacznie oddechać. Jednocześnie suchą flanelą nacierać całe ciało, a następnie ogrzać chorego butelkami z wodą gorącą, dawać mu mocną herbatę i kawę, eter, krople walerjanowe.

Wstrząśnienie mózgu najczęściej po urazach głowy. Chory nieprzytomny, blady, tętno słabe, wymioty. Układamy chorego poziomo, pozostawiamy go w spokoju. Na głowę lód, do wewnątrz środki trzeźwiące. Wezwać natychmiast lekarza.

Zaczadzenie, zatrucie czadem, czyli tlenkiem węgla. Początkowo chory odczuwa ból i zawrót głowy, duszność, nudność, stopniowo traci przytomność i w razie, gdy pomoc nie pospieszy, w tym stanie umiera. Pierwszem wskazaniem jest wyniesienie zaczadziałego na świeże powietrze; o ile nie oddecha, dawać mu tlen do oddechania, rozcierać ciało flanelą, podawać środki podniecające, na głowę lód, lód do połykania w razie wymiotów. O ile nie oddecha lub oddecha słabo, zastosować natychmiast oddech sztuczny i stosować go długo. Wezwać lekarza.

Zwichnięcie powstaje, jeżeli skutkiem uderzenia, główka kości wyskoczy ze stawu i zajmie nieprawidłowe położenie. Ruchy w danym stawie ustają, lub są bardzo bolesne. Nastawiać zwichnięcia nielekarz nie ma prawa, gdyż może spowodować ciężkie obrażenia, z drugiej znów strony pomoc musi być szybka, gdyż zadawnione zwichnięcia z trudnością ustawić można, co grozi kalectwem. O ile zwichnięciu uległa górna kończyna, należy zawiesić ją na temblaku i na staw zwichnięty położyć pęcherz z lodem, w zwichnięciu nogi, chorego ułożyć na siedzeniu i nieść lub wieść w takiej pozycji, również okładając staw zwichnięty lodem.

Schematyczne wskazania dla leczenia najważniejszych chorób przewlekłych w polskich uzdrowiskach.

Choroby serca i naczyń: Ciechocinek, Delatyn, Druskieniki, Inowrocław, Iwonicz, Jastrząb, Jaworze, Krynica, Morsztyn, Nałęczów, Rabka, Rymanów, Truskawiec, Żegiestów.

Choroby narządu oddechowego: Bystra, Ciechocinek, Delatyn, Druskieniki, Gdynia, Hallerowo, Inowrocław, Iwonicz, Jaremcze, Jaworze, Krościenko, Lubień Wielki, Otwock, Rabka, Rymanów, Szczawnica, Worochta, Zaleszczyki.

Choroby żołądka: Druskieniki, Kosów, Krościenko, Krynica, Rymanów, Szczawnica, Wysowa, Żegiestów.

Choroby jelit: Czerniewice, Druskieniki, Kosów, Krościenko, Krynica, Morszyn, Nałęczów, Rymanów, Szczawnica, Wysowa, Truskawiec, Żegiestów

Choroby wątroby: Czerniewice, Druskieniki, Krościenko, Krynica, Morszyn, Rymanów, Szczawnica, Wysowa, Truskawiec.

Choroby nerek i dróg moczowych: Druskieniki, Krościenko, Krynica, Nałęczów. Rymanów, Szczawnica, Truskawiec, Wysowa, Zaleszczyki, Żegiestów.

Choroby kobiece: Busk, Ciechocinek, Delatyn, Druskieniki, Goczałkowice, Inowrocław, Iwonicz, Jastrząb, Krynica. Nałęczów, Rabka, Rymanów, Solec, Truskawiec, Ustroń, Żegiestów.

Choroby krwi: Krynica, Nałęczów, Szczawnica, Wysowa, Zakopane, Żegiestów.

Cukrzyca: Krościenko, Krynica, Nałęczów, Rymanów, Szczawnica, Truskawiec.

Podagra: Druskieniki, Kosów, Krościenko, Krynica, Lubień W., Nałęczów, Rymanów, Truskawiec, Szczawnica, Żegiestów.

Otyłość: Czerniewice, Kosów, Lubień W., Morszyn, Truskawiec.

Gośćcowe i urazowe schorzenia kości i stawów: Busk, Delatyn, Ciechocinek, Goczałkowice, Horyniec, Inowrocław, Iwonicz, Jastrząb, Krzeszowice, Lubień W., Niemirów, Podgórze-Kraków, Rabka, Solec, Swoszowice, Truskawiec, Ustroń.

Choroby skóry: Busk, Horyniec, Krzeszowice, Lubień W., Niemirów, Podgórze - Kraków, Solec, Swoszowice.

Choroby układu nerwowego: Bystra, Batowice, Ciechocinek, Czarniecka Góra, Druskieniki, Goczałkowice, Jastrząb, Jaworze, Kosów, Krynica, Lubień, Miłowody, Nałęczów, Ojców, Zakopane, Żegiestów.

Skaza zołzowa: Ciechocinek, Druskieniki, Gdynia, Goczałkowice, Hallerowo, Iwonicz, Jastrząb. Rabka, Rymanów, Zakopane, Zaleszczyki.

Choroby z tłem kilowem: Busk, Ciechocinek, Horyniec, Iwonicz, Krzeszowice, Lubień W., Niemirów, Rabka, Solec, Swoszowice.

Gruźlica płuc: Bystra, Jaremcze, Otwock, Worochta, Zakopane, Zelemlanka, Zawoja.

Gruźlica skóry, kości i stawów: Druskieniki, Ciechocinek, Iwonicz, Jastrząb, Goczałkowice, Rabka, Rymanów, Worochta, Zakopane.

Zatrucie metalami: Busk, Horyniec, Krzeszowice, Lubień W., Niemirów, Podgórze - Kraków, Solec, Swoszowice.

Ozdrowieńcy po chorobach gorączkowych: Gdynie, Hallerowo, Jaremcze, Jaworze, Krościenko, Krynica, Nałęczów, Rymanów, Szczawnica, Worochta, Zakopane, Zaleszczyki, Zawoja.

Spis aptek
w Krakowie i Podgórzu.

1) Apteki w Krakowie dzielą się na 6 grup (cyfry rzymskie), w Podgórzu na 3 grupy (cyfry arabskie).

a) w Krakowie:

I.

APTEKA POD BIAŁYM ORŁEM
Rynek A-B 45.
APTEKA — ul. Łobzowska 6.
APTEKA POD ŚWIĘTĄ KINGĄ
ul. Grzegórzecka 9.
APTEKA POD ZŁOTYM LWEM
ul. Długa 4.
APTEKA POD MURZYNEM
ul. Krakowska 19.

II.

APTEKA POD SŁOŃCEM
Rynek A-B 43.
APTEKA POD ESKULAPEM
ul. Św. Gertrudy 1.
APTEKA POD MATKĄ BOSKĄ
ul. Krowoderska 74.
APTEKA W DĘBNIKACH
ul. Konopnickiej 1.
APTEKA POD ZŁOTYM ORŁEM
ul. Krakowska 9.

III.

APTEKA POD ZŁOTYM TYGRYSEM
ul. Szczepańska 1.
APTEKA POD ANIOŁEM STRÓŻEM
ul. Kościuszki 4.
APTEKA POD TEMIDĄ
ul. Długa 66.
APTEKA POD BARANKIEM
ul. Mikołajska 4.
APTEKA NIEBIESKA
ul. Dajwór 6.

IV.

APTEKA POD ZŁOTĄ GŁOWĄ
Rynek 13.
APTEKA POD TRZEMA KORONAMI
ul. Retoryka 1.
APTEKA CZTERNASTA
ul. Lubicz 7.
APTEKA — ul. Stradomska 6.
APTEKA IM. KRÓLOWEJ JADWIGI
ul. Karmelicka 9.

V.

APTEKA POD KORONĄ
Rynek 22.
APTEKA POD GWIAZDĄ
ul. Florjańska 15.
APTEKA POD OPATRZNOŚCIĄ
ul. Karmelicka 23.
APTEKA WARSZAWSKA
Aleja Królewska 5.
APTEKA POD ANIOŁEM
ul. Dietla 76.

VI.

APTEKA POD ZŁOTYM SŁONIEM
ul. Grodzka 22.
APTEKA POD JAGIEŁŁĄ
Plac Matejki 3.
APTEKA MAZARAKIEGO
ul. Sienkiewicza 2
APTEKA POD TRZEMA GWIAZDAMI
ul. Rakowicka 12.
APTEKA STERNBACHA
ul. Dietla 36.

W niedzielę łączą się grupy: I z IV, II z V, III z VI.

b) w Podgórzu pełnią apteki dyżury w nocy na zmianę co 4-tą noc, a w niedzielę pełnią 4 apteki w 3 turnusach na zmianę co 3-cią niedzielę (apteka 2 i 4 równocześnie):

1.

APTEKA POD KORONĄ
Rynek 9.

2.

APTEKA POD ORŁEM
Plac Zgody 20.

3.

APTEKA POD OPATRZNOŚCIĄ
ul. Brodzińskiego 1.

4.

APTEKA POD HYGEĄ
ul. Kalwaryjska 27.

2) Dyżury **nocne** trwają **od godz. 8 wieczór do godz. 8 rano; dzienne: od godz. 8 rano do godz. 8 wieczór.**

3) Apteki **nie pełniące** dyżurów, obowiązane są umieszczać w miejscu **widocznem wywieszki podające do wiadomości publiczności te apteki, które w danej nocy lub w daną niedzielę mają dyżur nocny względnie dzienny.** Wywieszki te muszą być **punktualnie zmienione,** t. j. o godz. 8 wieczór ewentualnie o godz. 8 rano, **dla uniknięcia błędnego informowania publiczności.**

Spis lekarzy

zamieszkałych w Krakowie i uprawnionych do wykonywania praktyki lekarskiej.

Abend Józef, choroby wewn. — Zamojskiego 34, telefon 126-37.
Abend Wiktor, choroby wewn. — Lwowska 19.
Ackerman Adam, ginekolog i akuszer, lekarz kolejowy, Wiślna 5, telefon 103-49.
Adamowicz Paweł Ant., choroby wewnętrzne — Batorego 15.
Agatstein Helena — J. Sarego 25.
Altstädterówna Süssel, choroby kobiece i położn. — Skałeczna 3.
Ameisen Aleksander, chor. płciowe i skórne — Karmelicka 16.
Ameisen Fryderyka, choroby skórne i kosmet. — Sławkowska 9.
Armer Wilhelm, choroby wewnętrzne — Grodzka 4.
Aronsohn Juljan, ginekolog i akuszer — Jasna 3.
Arsewicz Roman, ginekolog — Topolowa 27.
Artwiński Eugenjusz, Doc. neurologji U. J., choroby nerwowe i umysłowe — Batorego 17, telefon 135-73.

Baczak Halina, bakterjologja — Urzędnicza 11.
Bannet Arnold, choroby oczu — plac Dominikański 2, telef. 115-21.
Bannet Mieczysław — Rynek Główny 10.
Baranowski Włodzimierz — Grzegórzecka 16.
Barański Emil Antoni, lekarz-dentysta — Florjańska 20.
Barberowski Karol Jan, lekarz-dent. — Mały Rynek 4, tel. 145-85.
Bartel Alfred, lekarz wojskowy, nie praktykuje — Mikołajska 20.
Bartoszyński Władysław — Warszawska 16.
Bauminger Judessa, choroby wewnętrzne — Dietlowska 60.
Baurowicz Aleksander, Prof. U. J., choroby gardła, krtani, nosa i uszu, — Grodzka 26, telefon 101-91.
Belert Józef — I. Osiedle Oficerskie 36.
Berhang Maryla, lek.-dentysta — Dunajewskiego 7.
Berezowski Tadeusz, choroby oczu, st. lekarz miejski i Kasy chor., Sławkowska 25, telefon 112-25.
Bernaciński Lucjan, choroby dzieci — Bonerowska 2.

Bernadzikowski Władysław, sekundarjusz Szpitala OO. Bonifratrów — Długa 60.
Białas Roman, chirurgja, lekarz K. O. T. R. — Strzelecka 19.
Bieberstein Aleksander, chor. wewn. — Warneńczyka 3, tel. 140-28.
Bielawski Jan, masaż mech., therapja, ortopedja — Wolska 7, telefon 101-10.
Bielerowa Regina, chor. wewnętrzne — Lubomirskich 23.
Bieńkiewicz August, choroby wewnętrzne, lekarz szkolny miejski, pl. Groble 8.
Bier Leonard, Dyrektor Państw. Zakł. bad. środków spożywczych, Zygmunta Augusta 1, telefon 100-30.
Biernacki Henryk, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — Studencka 25, telefon 127-67.
Bilikiewicz Tadeusz Antoni, Historja medycyny, psychoanaliza — Kochanowskiego 4.
Birkenfeld Józef, elew Kliniki chirurgicznej — Lwowska 15.
Birkenfeld Karol, choroby wewnętrzne i położnictwo — Lwowska 15, telefon 115-34.
Birnbaum Aurelja zam. Goldgartowa, choroby skórne, weneryczne i kosmetyka — Sebastjana 17, telefon 135-63.
Blanksteinówna Felicja, choroby dzieci, lekarz Kasy chorych — J. Sarego 12, telefon 115-91.
Blassberg Maksymiljan, choroby wewnętrzne — Starowiślna 18, telefon 104-57.
Błoński Walerjan, choroby wewn. — Krowoderska 8.
Bleiweiss Józef, prakt. Szpitala św. Łazarza — Krzywa 9.
Bluebaum Teofil, rentgenologja — Smoleńska 25, telefon 118-89.
Bluebaum Wanda, bakterjologja — Smoleńska 25, telefon 118-89.
Bobak Antoni, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych, lekarz Policji Państw. — Karmelicka 45, telefon 128-75.
Bobak Stefan, choroby skórne i płciowe — Niecała 1.
Bober Antoni, prakt. Szpitala św. Łazarza — Długa 74.
Bobkowska-Czerwińska Helena, choroby wewnętrzne i kobiece — plac Groble 12, telefon 125-77.
Bobrowski Emil, nie praktykuje — Brodowicza 14, telefon 115-50.
Bobrzyński Władysław, chor. kobiece i położnictwo — Stradom 3, tel. 149-78.
Bochner Helena, prakt. Szpitala św. Łazarza — Zagrody 8.
Boczar Stanisław Teodor, choroby skórne i weneryczne — Szczepańska 3, telefon 100-11.
Bodzenta Adolf — Długa 27.
Bogucki Leonard — Zyblikiewicza 10.
Böhmerwald Hirsch, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — Retoryka 17.
Böhmerwald Zofja, prakt. Szpitala św. Łazarza — Retoryka 17.
Borkowski Władysław, choroby chirurgiczne, lekarz Kasy chorych, Rynek Podgórski 11.
Bornstein Bernhard, choroby nerwowe i umysłowe — Basztowa 10.
Braciejowski Jakób, chor. wewnętrzne i dzieci — Lwowska 41.

Brand Henryk, okulista, — A. Potockiego 8.
Brand Henryk, choroby kobiece i położnictwo — Starowiślna 60, telefon 112-23.
Brandeis Albert, chor. wewnętrzne — Starowiślna 52.
Braun Bronisław, asystent oddz. wewn. szpitala św. Łazarza — Bracka 10.
Breyer Stanisław, przyrodolecznictwo — Wolska 36.
Brudzewski Karol, docent okulistyki U. J., prymarjusz Szpitala św. Łazarza — Florjańska 40, telefon 121-14.
Doc. Brzezicki Eugenjusz Emiljan, chor. nerwowe i umysł., lekarz Kasy chorych — Batorego 7.
Bryniarski Wincenty — Arjańska 5.
Bujak Władysław, docent U. J., chor. dzieci — Długa 58, tel. 123-96.
Bujwid Odo, em. prof. U. J., bakterjolog, dyrektor zakładu szczepień ochronnych — Lubicz 34, telefon 103-01.
Bulanda Apolonjusz Bogusław, prakt. szpit. — Kochanowskiego 2.
Bułat Józef, choroby skórne i weneryczne, zawodowy lekarz wojskowy — ul. Krzemionki 3.
Burzyński Stanisław, lekarz pułkownik — Kochanowskiego 2.

Chlipalski Mieczysław, choroby kobiece — Rynek Kleparski 14.
Chłopicki Władysław, asystent Kliniki neurologicznej U. J., lekarz Kasy chorych — Kopernika 48.
Chowaniec Wanda, choroby wewnętrzne — Miejskie Zakłady sanitarne, ulica Prądnicka 50, telefon 110-75.
Chrzanowski Ignacy — Dolnych Młynów 11.
Chrzanowski Stefan, chirurgja, położnictwo — Dwernickiego 2.
Chudyk Juljan, roentgenologja — Wiślna 9, telefon 117-26.
Ciechanowski Stanisław, anatomja patologiczna, prof. U. J. — Szopena 11, telefon 131-05.
Ciećkiewicz Marjan, chor. wewn. i kobiece, lekarz Kasy chorych — Siemiradzkiego 10, telefon 119-72.
Cieśla Władysław w Klinice chirurg. U. J., lekarz Kasy chorych — Kopernika 36.
Cikowska Jadwiga, lekarz Szpit. św. Łazarza — plac Kazimierza Wielkiego 6/III.
Cikowski Stanisław, asystent Kliniki ginekologiczno-położniczej, lekarz Kasy chorych — św. Jana 18, telefon 100-27.
Cisek Adam — Słoneczna 12.
Ćwikliński Alfred, b. sekundarjusz Szpitala św. Łazarza — Kraszewskiego 12.
Czadowski Edmund, lekarz-dentysta, lekarz Kasy chorych — Wolska 11, telefon 118-44.
Czapiński Stefan, lekarz Kasy chorych Niepołomice — Rakowicka 6.
Czapnicki Henryk, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — Florjańska 8, telefon 147-02.
Czarnek Zbigniew, choroby wewnętrzne — Śląska 7.

Dallet Zofja, choroby dzieci — J. Sarego 4, telefon 105-20.
Dąbrowiecki Tadeusz — Topolowa 26.
Dąbrowski Ludwik, choroby wewnętrzne — Krowoderska 53.
Dobrowolski Witold, praktykant Szpit. św. Łazarza — Rękawka 3.
Dobrzański Karol, choroby wewnętrzne — Konarskiego 32.
Donhaiser Antoni, bakterjologja, lek. Szpit. św. Łazarza — Kopernika 17.
Döening Tadeusz — Arjańska 9.
Drobner-Jurowiczowa Czesława Karolina, lekarz-dentysta, lekarz Kasy chorych — Zwierzyniecka 7.
Drohocki Zenon, neurolog — Pędzichów-Boczna 4.
Drozdowski Jerzy, kierownik Pogotowia ratunkowego, asystent Kliniki stomatolog. — Lubicz 9, telefon 146-67.
Dryker Nesen, lekarz-dentysta — Karmelicka 16.
Dulęba Jan — Krowoderska 8.
Dunaj Zygmunt, choroby wewnętrzne, okręg. lekarz miejski — Długa 21, telefon 155-06.
Dyboski Tadeusz, choroby skórne i weneryczne, lekarz Kasy chorych — św. Tomasza 22, telefon 134-31.
Dym Osias, choroby wewnętrzne — św. Gertrudy 18, telef. 105-58.
Dziuba Stanisław, b. asystent Klin. U. J., choroby wewnętrzne — Wolska 9.
Dziuban Włodzimierz — Grzegórzecka 20.

Eibenschütz Stanisław, choroby wewnętrzne — Radziwiłłowska 17.
Eichenholz Izydor, neurologja — pl. Wolnica 12-a, telefon 163-41.
Eilbaum Mina, prakt. Szpitala św. Łazarza — Sławkowska 23.
Eisele Henryk, bakterjologja, lek. Kasy chorych — Kremerowska 10.
Eisenberg Filip, bakterjologja, dyr. Państw. zakł. higjeny, lekarz Kasy chorych — Smoleńska 25-a, telefon 140-56.
Engel Adolf, choroby wewnętrzne — Dietlowska 66, tel. 165-98.
Englowa Marja — Dietla 66, telefon 165-98.
Engelhart Artur — św. Gertrudy 24.
Engländer Bernard, choroby kobiece — Dietlowska 97, tel. 104-71.
Epstein Maurycy, chirurgja i ortopedja — Basztowa 23, tel. 123-64.

Feldmaus Benedykt, prakt. Szpitala św. Łazarza — Brzozowa 6.
Feliks Józef, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — Straszewskiego 21, telefon 107-03.
Ferber Edmund, st. asystent Kliniki chirurg. — Grabowskiego 13.
Ferens Tadeusz, asystent Kliniki ginek. położ. U. J. — Czysta 3.
Fiala Bogdan, prakt. Szpitala św. Łazarza — Topolowa 40.
Filip Piotr, choroby wewnętrzne — Aleja 3 Maja 5.
Fisch Helena, choroby kobiece — Smoleńska 28.
Fischel Tobiasz, choroby wewnętrzne — Kupa 5.

Fischer Jan, chor. wewn., lekarz Kasy chorych — Konarskiego 3.
Fiut Juljan, stomatolog — Karmelicka 14.
Förster Aleksander, choroby dzieci, lekarz Kasy chorych — Bracka 7, telefon 114-25.
Förster Władysława, choroby kobiece — Bracka 7.
Fränkel Berta, choroby skórne i weneryczne — Starowiślna 49, telefon 117-90.
Frąckowiak Tadeusz, choroby nerwowe i umysłowe, asystent Kliniki — Kopernika 48, telefon 114-25.
Frenkiel Jadwiga, choroby wewnętrzne i dzieci — Gołębia 14.
Freundlich Henryk, choroby dziecięce — Strzelecka 2.
Friedeker Salomon, lekarz-dentysta, lekarz Kasy chorych — Karmelicka 28.
Friedman Kalman, choroby wewnętrzne — Paulińska 16.
Friedmann Henryk, choroby wewnętrzne — Wrzesińska 3, telefon 117-79.
Friedmann Ludwik, położnictwo i choroby kobiece — Starowiślna 1, telefon 104-59.
Frischer Józef, chirurgja — Zwierzyniecka 15, telefon 157-06.
Frommer Wiktor, choroby kobiece — Smoleńska 1.
Fuchs Helena Ryfka zamężna Katzowa, choroby dzieci — Parkowa 1.
Fuchs Leon, b. dyrektor państw. Szpitala św. Łazarza — Aleja Krasińskiego 21, telefon 141-00.

Gasiński Józef, asyst. Kliniki chirurg. II. — Kopernika 12.
Gądzikiewicz Witold, higjena, prof. Uniw. Jagiell. — Lubicz 42, telefon 103-02.
Gąsiorowski Stanisław Karol, lekarz fabryki tytoniu — Szlak 32.
Gedl Edward Zbigniew, chirurgja, lek. kolej. — Siemiradzkiego 1.
Gettlich Adam, choroby dzieci — Dunajewskiego 2.
Gieszczykiewicz Marjan, bakterjologja, prof. Uniw. Jagiell. — Aleja Mickiewicza 13, telefon 146-45.
Giza Tadeusz, choroby dzieci — Strzelecka 2.
Glaser Henryk, choroby wewnętrzne — Długa 31.
Glassner Ignacy, choroby dzieci, szpital żyd. — św. Sebastjana 3.
Glassner Roman, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — Kalwaryjska 5, telefon 114-62.
Glatzel Jan, chirurgja, prof. Uniw. Jagiell. — św. Tomasza 22, telefon 144-94.
Głębocka Marja, położnictwo i choroby kobiece, lekarz Kasy chorych — Florjańska 53.
Glück Juda Leib, chor. wewnętrzne — Wita Stwosza 27.
Glücksmann Feliks Stanisław — Wiślna 8.
Godlewski Emil, biologja, embrjologja, prof. Uniw. Jagiell. — Aleja Krasińskiego 19, telefon 132-34.
Godlewski Marjan, choroby wewnętrzne — Basztowa 1, tel. 124-88.
Godlewski Wacław, lekarz Kasy chorych — J. Lea 15-a.

Godłowska Zofja — Zyblikiewicza 8.
Godłowski Zbigniew, chor. wewnętrzne, asyst. Szpit. św. Łazarza, lek. K. O. T. R. — Kanonicza 6, tel. 182-22.
Gogólski Józef, choroby kobiece, chirurgja — Starowiślna 8.
Goldberger Henryk, chor. kobiece — Sobieskiego 14.
Goldberger Leon, choroby kobiecę, położnictwo — Rynek Podgórski 12, telefon 133-14.
Goldblatt Regina zam. Fenigerowa, choroby kobiece i położnictwo, J. Sarego 28.
Goldgart Leon, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — Dietlowska 62, telefon 103-91.
Goldmann Amalja, choroby wewnętrzne — Wielopole 11.
Goldstein Dawid, choroby skórne i płciowe — Mikołajska 9, telefon 147-75.
Goldstein Salomon, choroby wewnętrzne — Grodzka 71.
Goldschmied Aleksander — Jasna 10.
Gołąb Jan Kazimierz, prym. szpit. św. Ludwika, choroby dzieci, lekarz Kasy chorych — Zyblikiewicza 5.
Gólski Stanisław Michał, choroby wewnętrzne, st. lekarz miejski i Kasy chorych — Basztowa 16, telefon 113-15.
Górski Franciszek, choroby kobiece — Wolska 28.
Gottlieb Dawid, choroby wewnętrzne — Dietlowska 68, tel. 128-52.
Gottlieb Gabrjel, roentgenologja — Grodzka 39, telefon 137-81.
Gottlieb Henryka, położnictwo i choroby kobiece — Wolska 36, telefon 102-49.
Gottlieb Izydor, prakt. szpit. — Długa.
Grabczak Ludwik, lekarz miejski, dentystyka — ord.: Szpitalna 34; zam.: plac Matejki 5, telefon 113-41.
Gradziński Adam, chor. nerwowe i umysł. — Starowiślna 20, telefon ??
Grażyński Edward, choroby dzieci — Al. Krasińskiego 19.
Gross Ludwik — Studencka 9, telefon 136-10.
Grossbard Gustawa zamężna Joffe, prakt. Szpitala św. Ludwika i lekarz Kasy chorych — Dąbrowskiego 3.
Grudzewski Adam, chor. wewnętrzne — Siemiradzkiego 5, telefon 110-35.
Grünbaum Feliks, chor. nosa, gardła, uszu i krtani — Starowiślna 64, telefon 160-98.
Grünberg Marja — Kalwaryjska 5.
Grünhut Berl, choroby wewnętrzne — Dietlowska 49, tel. 113-04.
Grünhut Józef, choroby kobiece — Jagiellońska 11, telefon 149-73.
Grünzweig Isomor — Lubomirskiego 7.
Grzybowski Grzegorz, lekarz Kasy chorych, położnictwo, choroby kobiece i wewnętrzne — Długa 4, telefon 112-78.
Gutmanowa ze Spirów Gizela, choroby dzieci — Grodzka 60/II., telefon 126-98.
Gutwiński Stanisław Kazimierz, sekund. szpit. SS. Miłosierdzia — Karmelicka 50, parter, telefon 173-25; ord. od 3—5.30.
Gürtler Wojciech, lekarz miejski — Prądnicka 80.

Haas Adolf, choroby wewnętrzne — Lwowska 4/I., telefon 126-92.
Haber Maurycy, choroby jamy ust, stomatologja — Grodzka 32.
Haber Zygfryd — św. Krzyża 7.
Habicht Kazimierz, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — Wielopole 4, telefon 131-95.
Hackbeil Bronisław, choroby wewnętrzne i kobiece — Starowiślna 17.
Hanzel Jakób, ortopeda — Zyblikiewicza 9.
Halpern Rachela, prakt. Szpitala św. Łazarza — Podwale 12.
Heilpern Leonard, choroby wewnętrzne — św. Gertrudy 10, telefon 105-26.
Heller Tadeusz, choroby kobiece i położnictwo — Dietlowska 99, telefon 118-82.
Herschdörfer Aziasz, choroby wewn. — Dietlowska 58, tel. 143-99.
Herzhaft Stanisław, prakt. Szpitala św. Łazarza — Rakowicka 12.
Heumann Zygmunt, choroby wewnętrzne — J. Sarego 4, tel. 132-98.
Hilfstein Chaim, choroby wewnętrzne — Dietlowska 83, tel. 113-73.
Hirsch Chana Estera — Dietlowska 59.
Hirsch Leon, chor. skórne, kosmetyka — Krakowska 19.
Hirschhorn Helena — Grzegórzecka 4.
Hirschtal Marja, prakt. Szpitala św. Łazarza — Legjonów 4.
Hładij Michał, chirurgja, operator Szpitala OO. Bonifratrów — Długa 60, telefon 133-74.
Hochbaum Ignacy, lekarz Pogotowia ratunkowego, choroby wewn. i analizy lekarskie — Dwernickiego 4, telefon 149-76.
Hochmann Stefanja, choroby dzieci — Starowiślna 64.
Holländer Ernestyna, choroby wewnętrzne — Michałowskiego 2.
Holländer Ewa, prakt. Szpitala św. Łazarza — Michałowskiego 15.
Horoch Kajetan, chirurgja — Aleja Słowackiego 34.
Horodyński Józef, chor. nerw. i umysł. — Kopernika 48.
Horowitz Lila, lekarz Kasy chorych, choroby skóry i płciowe i kosmetyka lekarska — Dietlowska 59/I.
Horowitz Maksymiljan, prakt. Szpitala św. Łazarza — Jasna 7.
Hoyer Henryk, anatomja porównawcza, histologja, prof. U. J. — Łęczycka 4.
Hoffówna Róża, choroby wewnętrzne, lekarz II. kliniki chor. wewnętrznych U. J. — św. Sebastjana 29.

Immerglück-Haberowa Dora, stomatologja — Grodzka 32.
Immich Stanisław, roentgenologja — mieszka: Kremerowska 12; ordynuje: Batorego 5.
Iwanicki Kazimierz, lekarz wojskowy — Wolska 7.

Jabłoński Antoni, choroby wewnętrzne, naczelny lekarz kolej. — Kremerowska 3, telefon 114-76.
Jakobsohn Leopold, choroby kobiece i położnictwo — Kalwaryjska 7, telefon 130-82.

Jakubowski Marjan Faustyn Ignacy Juljan, choroby kobiece — Sienkiewicza 14.

Jankowski Stanisław, psychjatrja, lekarz sądowy — Szewska 22, telefon 112-55.

Jasieńska Anna, praktykant Szpitala św. Łazarza — Zwierzyniecka 15, telefon 171-64.

Jastrzębski Juljan, choroby wewnętrzne, położnictwo — Zwierzyniecka 30.

Jaśkiewicz Jan, lekarz dentysta — Florjańska 19.

Jaugustyn Stanisław, choroby kobiece i położnictwo — Sławkowska 20.

Józefczak Józef — Szlak 51.

Jurewiczowa Czesława, lekarz dentysta — Zwierzyniecka 7.

Juerówna zam. Zaksowa Wanda, choroby wewnętrzne i dzieci — Rakowicka 6, telefon 156-41.

Junger Jakób, choroby wewnętrzne — Krakowska 9.

Jurkowicz Izaak, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — Wrzesińska 9.

Kaczyński Henryk — asyst. zakł. med. sąd. U. J. — Topolowa 42.

Kaczyński Stanisław, bakterjolog — Karmelicka 28.

Kader Bronisław, prof. Uniw. Jagiell., chirurgja — Basztowa 4.

Kadyi Bronisław, choroby oczu, asyst. Kliniki okul. U. J. — Kopernika 38.

Kajzer Adolf, chor. skórne i płciowe, lekarz Kasy chorych — Krowoderska 27.

Kalista Wacław — Nowa Olsza.

Kanarek Jerzy, b. asystent Kliniki chirurg. — Kopernika 40.

Kania Feliks, lek. pow. Starostwa w Krakowie.

Kania Władysław, choroby wewnętrzne — Karmelicka 40.

Kania Henryk, chirurg — Grzegórzecka 25.

Kaplicki Mieczysław — A. Potockiego 2, telefon 125-36.

Kański Wacław, — św. Tomasza 32.

Karasiński Stanisław, choroby wewnętrzne — Radziwiłłowska 4, telefon 147-77.

Karelus Kazimierz, choroby oczu, prymarjusz Szpit. OO. Bonifratrów, lekarz Kasy chorych — Basztowa 1, telefon 127-44.

Karmel Doba, praktykant Szpitala św. Łazarza — Józefa 1.

Katyńska Irena Henr., prakt. Szpitala św. Łazarza — Wielopole 26.

Kaufer Efroim, prakt. Szpitala św. Łazarza — Śląska 5.

Katzner Józef, choroby wewnętrzne — Krakowska 32.

Kaulbersz Jerzy, docent fizjologji Uniw. Jagiell. — Grzegórzecka 16.

Keller Tadeusz Mieczysław, Doc. Uniw. Jagiell., ginekologja i położnictwo — św. Tomasza 22, telefon 118-00.

Kelhofer Artur, chor. kobiece, położnictwo — Al. Krasińskiego 4.

Kepler Wiktor, choroby wewnętrzne — Legjonów 12, tel. 120-31.

Kępiński Leon, lekarz powiatowy, choroby wewnętrzne i serca — Czernichów.
Kiełczewski Stanisław, chor. dzieci — Strzelecka 2.
Kirschner Józef, neurologja, lekarz Kasy chor. — Karmelicka 10.
Klassa-Brunicki Eugenjusz Karol, choroby gardła i nosa — Basztowa 9.
Klęsk Adolf, chirurgja, lekarz szkolny miejski — św. Jana 18, telefon 120-91.
Kluczyński Jerzy Marceli, kapitan-lekarz Wojsk Polskich — Długa 47.
Kluger Władysław, choroby wewnętrzne — Sobieskiego 10, telefon 121-54.
Kłosowski Stanisław, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — Zwierzyniecka 8.
Knoreck Jan, chirurgja, urolog, lekarz Kasy chorych — A. Potockiego 5, telefon 133-20.
Koch-Kowalikowa Karolina, choroby oczu, asystent Kliniki Uniw. Jagiell. — Kopernika 38.
Kocwa Juljusz, choroby wewnętrzne, lekarz w Wojew. — Sławkowska 23.
Kohn Maksymiljan, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — Mazowiecka 64.
Kon Channau — Słoneczna 4.
Kon Regina M. — Wrzesińska 11.
Kolber Abraham, choroby dzieci — Starowiślna 28.
Kołodyńska Zdzisława, choroby dzieci — Al. Krasińskiego 8.
Komorowski Bolesław, choroby dzieci i wewn., st. lekarz miejski — Lelewela 6, telefon 104-19.
Konstantynowicz Antoni — Senacka 11.
Konstantynowicz Erazm — Senacka 11.
Kopacz Tadeusz, choroby dzieci — Wiślna 12, telefon 146-65.
Kopaczowa Helena, choroby dzieci — Wiślna 12, telefon 146-65.
Kopf Leon, chor. wewnętrzne i kobiece — Sobieskiego 1.
Korabczyńska Bronisława, radjologja — Karmelicka 20, tel. 133-96.
Korczyński Ludomir, prof. Uniw. Jagiell., choroby wewnętrzne — Sobieskiego 16 c, telefon 130-11.
Korngold-Rosenowa Regina, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — Michałowskiego 6.
Korolewicz Bolesław, choroby wewnętrzne, lekarz pułkownik — Bracka 11, telefon 125-78.
Korolowa Stefanja, choroby kobiece i położn. — Pl. WW. Świętych 11.
Korta Stanisław, prakt. klin. — Karmelicka 50.
Kościuszkowa Janina, choroby dzieci — Krowoderska 11, telefon 139-39.
Kosiński Mieczysław, chirurgja — ortopedja — mieszka: Łobzowska 29; ordynuje: św. Filipa 15, telefon 146-96.
Kost Jakób Izydor, choroby skórne, roentgenologja — Kapucyńska 3.

Kostanecki Kazimierz, prof. Uniw. Jagiell., anatomja opisowa — Sienkiewicza 24, telefon 102-14.
Kostecki Jan, choroby dzieci, lekarz Kasy chorych — Florjańska 15, telefon 128-00.
Kostrzewski Józef, Prof. U. J., prymarjusz Szpitala św. Łazarza, choroby zakaźne — Zygmunta Augusta 3.
Kotulski Ludwik, choroby wewnętrzne i kobiece — Tarłowska 5.
Kowalczyk Jan Ludwik, chirurgja — Kopernika 40.
Kowenicki Walerjan, choroby wewnętrzne i kobiece — Karmelicka 7/II., telefon 123-42.
Koziorowski Władysław — Kopernika 48.
Kozłowski Michał, choroby skórne i weneryczne — Sławkowska 18.
Kraft Emil, choroby oczu, kierownik poradni dla uczniów szkół średnich — Bonerowska 5.
Kragen-Schuldenfreiowa Marja, choroby wewnętrzne — Stradom 25.
Kramarzyński Adam, choroby wewnętrzne, lekarz szkolny miejski — Mikołajska 26, telefon 125-14.
Krasoń Hieronim — Aleja 3 Maja 5.
Krauze Marja z domu Kowalczyk, choroby wewnętrzne i kobiece, Bracka 2/II.
Kränzler Mina, praktykant Szpitala św. Łazarza — J. Sarego 28.
Krokiewicz Antoni, b. prymarjusz Szpitala św. Łazarza, choroby wewnętrzne — Kapucyńska 5, telefon 104-54.
Kropaczek Franciszek Wilhelm, choroby wewnętrzne, emer. lekarz Wojew. — Starowiślna 21.
Kubiczek Mieczysław — Krowoderska 8.
Krudowski Stefan Marceli, lekarz wojskowy, ordynator oddziału umysłowo-nerwow. Szpitala O. 5 — Sobieskiego 15.
Krupiński Mieczysław, chirurgja — Długa 6.
Ksyk Stanisław, prakt. Szpitala św. Łazarza — Rakowicka 16.
Kubiczek Mieczysław, choroby wewnętrzne — Y. M. C. A.
Kulczycki Józef — roentgenologja — Wenecja 2.
Kulmatycki Stefan — Senacka 11.
Kułakowski Wojciech, chor. wewn., lekarz kolej. — J. Lea 47.
Kunicki Ryszard Paweł, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — Karmelicka 16.
Kupczyk Bernard, neurologja i fizykalna terapja — Szujskiego 11, telefon 112-95.
Kurtz Süsskind, chor. wewn. i dzieci — Sandomierska 5, telefon 116-40.
Kwiatkowski Stanisław, choroby wewnętrzne i chirurgiczne, lekarz sądowy — plac Matejki 6, telefon 114-01.

Lachs Jan, lekarz Kasy chorych, chor. kobiece — Jasna 7, telefon 102-35.
Lachs Romuald, urologja — Grzegórzecka 16.
Lachs Wanda, prakt. Szpitala św. Łazarza — Grodzka 60.

Landau Ada Róża, choroby gardła i uszu, lekarz Kasy chorych — J. Sarego 11/I., telefon 131-53.
Landau-Lichtig Chane, choroby wewnętrzne — Straszewskiego 26.
Landau Zygmunt, choroby wewnętrzne i neurologja — Zyblikiewicza 19/I.
Landau Jan, choroby dzieci, dyr. Szpitala Izraelitów — św. Gertrudy 9, telefon 114-33.
Landau Maurycy, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — Wielopole 11, telefon 112-31.
Landau Rafał, choroby dzieci — Starowiślna 4.
Landfisch Saul — Kołłątaja 5.
Lanner Leon, choroby kobiece i położnictwo — Grodzka 51.
Lanota zamęż. Michalikowa Ernestyna Fr., choroby kobiece i położnictwo — Jabłonowskich 2, telefon 111-89.
Laser Debora, choroby wewnętrzne — Miodowa 22.
Laskowski Stanisław — Rakowicka 11-a.
Laszczka Czesław, asyst. Klin. chor. wewn. U. J. — Żmujdzka 23.
Latkowski Józef, prof. Uniw. Jagiell., dyrektor Kliniki chorób wewnętrznych — Pańska 5, telefon 112-30.
Laub Abraham, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — Rynek Podgórski 13.
Lauer Aleksander, choroby uszu, nosa, ust i gardła — Potockiego 13. telefon 110-94.
Lehrhaft Dawid, chor. wewn. i przemiana materji — Łobzowska 10, telefon 157-44.
Leinkram Michał, choroby wewnętrzne — św. Sebastjana 22.
Leser Karol — Targowa 3.
Lejmann Kazimierz — Kopernika 30.
Leinkram Zygmunt, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — Wrzesińska 7, telefon 111-08.
Leuchter Wolf Hirsch, choroby weneryczne i skórne, lekarz Kasy chorych — Straszewskiego 2, telefon 127-20.
Lewkowicz Ksawery, prof. Uniw. Jagiell., choroby dzieci, ord. od 4—5 popoł. — Krowoderska 19, telefon 135-02.
Libanowa Franciszka — Starowiślna 28, telefon 161-77.
Libman Edward, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — Dunajewskiego 6/II.
Lieber Samuel — Lwowska 9.
Liebeskind Józef, choroby kobiece — Starowiślna 6, tel. 104-03.
Lindenfeld Leopold, chirurg-urolog — Dunajewskiego 7, tel. 148-00.
Lisikiewicz Miron — Sołtyka 13.
Lisowska-Tesarzowa Walentyna Teofila, stomatologja, lekarz Kasy chorych — Basztowa 10.
Liwszyc Samson Stanisław, lekarz Kasy chorych, choroby wewn., J. Sarego 20/I., telefon 127-76.
Liwszyc Salomea, chemja i bakterjologja — J. Sarego 20.
Löffelholz-Fleischmanowa Chane, lekarz-dentysta — Zamojskiego 26.

Löw Matylda, b. sekundarjusz Szpit. Izraelitów — Dietlowska 111.
Loewenberg Jakób, choroby wewnętrzne i kobiece — Zwierzyniecka 9/II.
Löwenhoff Konstanty, bakterjologja — Aleja Słowackiego 66/I.
Löwenhoffowa Stefanja, choroby dzieci — Al. Słowackiego 60/I.
Ludmirski Zygmunt, choroby wewnętrzne i dzieci, lekarz szkolny, Karmelicka 31.
Luster Leon, choroby skóry, kosmetyka lekarska — Florjańska 37.
Lustig Juljan, fizjoterapja — Dietlowska 78, telefon 112-56.

Łada Izabella zamężna Olbrychtowa, dentystyka — Szpitalna 4.
Łapiński Stanisław, choroby wewn., prymarjusz Szpit. OO. Bonifratrów — Basztowa 9, telefon 133-53.
Łebkowski Mieczysław — Garncarska 11.
Łepkowski Wincenty, prof. Uniw. Jag., dyrektor Instytutu stomat., Straszewskiego 26, telefon 102-39.
Łomiński Iwo — Zwierzyniecka 27.
Łopaciński Michał, choroby wewnętrzne — św. Marka 5, tel. 101-09.
Łuka Ludwik, chor. wewn. — Aleja Słowackiego 66, telefon 171-91.
Łukowa Jadwiga, choroby oczu — Al. Słowackiego 66, tel. 171-91.

Machauf Edward, choroby gardła, krtani, nosa, uszu, lekarz Kasy chorych — Jagiellońska 9, telefon 118-22.
Maciąg Adam, choroby wewnętrzne, lekarz-pułkownik — Basztowa 1, telefon 112-45.
Macieszyna z Jeleńskich Sabina, choroby nerw. i umysł., lekarz Kasy chorych — Plac Jabłonowskich 2.
Mączka Zofja, rentgenologja — Szlak 55.
Majewicz Edmund, choroby wewnętrzne — Straszewskiego 24, telefon 111-88.
Majewski Kazimierz, prof. Uniw. Jagiell., choroby oczu — Dunajewskiego 6, telefon 113-19.
Makowski Alfons, chirurg — Grzegórzecka 20.
Malanek Edward, chor. wewnętrzne — Halicka 12.
Malinowski Alojzy, choroby dzieci — Studencka 7.
Malkiewicz Zdzisław, choroby dzieci — św. Anny 3, telefon 116-18.
Małkiewicz Edward, choroby wener. i płciowe — Al. Słowackiego 52.
Małys Jeremi, chirurgja — Topolowa 15.
Mamczyn Włodzimierz, choroby skórne i wener. — Rakowicka 4.
Maniewski Jerzy, prakt. Szpitala św. Łazarza — Jabłonowskich 6.
Mańkowska Marja — Jabłonowskich 3, telefon 124-30.
Mayer Tadeusz — Zamojskiego 25.
Mazanek Henryk, chirurgja, kapitan W. P., lekarz Kasy chorych, Dunajewskiego 3.
Marcinkowski Włodzimierz, praktykant Szpitala św. Łazarza — Podwale 1.

Marcyaniak Franciszek, choroby skórne i weneryczne, lekarz Kasy chorych — A. Potockiego 2.
Margulies Wolf, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — św. Agnieszki 2/II., telefon 123-36.
Markowa Ada Rutkowska, chor. kobiece i położnictwo, Dyr. Państwowej Szkoły Położnych — Długa 6, telefon 111-61.
Masny Ignacy, b. lekarz wojskowy — Szlak 8.
Mazanowski Adam, choroby wewnętrzne — Groble 3.
Maziarski Stanisław, prof. Uniw. Jagiell., histologja, choroby skórne i weneryczne — Łobzowska 4, telefon 125-64.
Medyński Władysław, choroby nerwowe i umysłowe — Szewska 27, telefon 105-59.
Menasche Eugenja, chor. wewn. i dzieci — Florjańska 47.
Merunowicz Tadeusz, lekarz-dentysta — Karmelicka 24.
Merz Alfred, choroby dzieci, lekarz szkolny miejski, lekarz Kasy chorych — Starowiślna 1, telefon 104-42.
Mester Adolf Jakób, choroby wewnętrzne — Wrzesińska 8, telefon 158-93.
Michalik Kazimierz Edward, choroby wewnętrzne — Pl. Jabłonowskich 2.
Michalski Wiktor, stomatolog miejski — Barska 7, telefon 181-56.
Miodoński Jan Józef, choroby gardła — Pańska 14, I. p.
Mirowski Abraham, choroby oczu — Pasaż Bielaka.
Mirtenbaum Leon, lekarz-dentysta — Basztowa „Feniks".
Missona Krzysztof, choroby skórne i weneryczne, lekarz Kasy chorych — Krupnicza 20.
Młynarkiewicz Juljusz — Zduńska 16.
Morgenstern Marek, choroby wewnętrzne — Siemiradzkiego 22, telefon 155-56.
Mostowska Zofja — Lubicz 34.
Mulowski Tadeusz, lekarz K. O. T. R., I. asystent oddziału chorób skórnych i wener. — Wybickiego 1, telefon 176-87.
Murczyński Władysław, choroby wewnętrzne — Wielopole 9, telefon 112-17.
Müntz Bernard, choroby kobiece — Rajska 20.
Münz Emil, choroby skórne i weneryczne — Szewska 9.
Mycoń Piotr, chirurgja — Szpit. OO. Bonifratrów.

Nadolski Jerzy, chor. kobiece, lekarz-pułkownik — Dunajewskiego 1.
Nattel Ella, praktykant Szpitala św. Łazarza — Orzeszkowej 9.
Neumann Aleksander — Lubomirskiego 23, telefon 107-78.
Niewola-Staszkowski Jan, asystent szkoły położn., lekarz Kasy chorych — Rynek Podgórski 9, telefon 146-10.
Nodzyński Tadeusz, chor. uszu, gardła, nosa — Warszawska 1, telefon 172-12.
Nowak Juljan, prof. bakterjologji U. J., nie praktykuje — Wyspiańskiego (dom własny), telefon 125-10.

Nowak Marjan Józef, chirurgja, sekundarjusz Szpitala OO. Bonifratrów — Trynitarska 11.
Nowak Stanisław, praktykant Szpitala św. Łazarza — Twardowskiego 87.
Nowak Tadeusz — Grzegórzecka 20.
Nowakowski Władysław, chor. uszu, gardła, nosa, lekarz K. O. T. R. — Strzelecka 9.
Nowicki Stanisław, Docent Kliniki chirurg. U. J. — Kopernika 36, telefon 165-53.
Nowosielski Włodzimierz, choroby wewnętrzne — Wiśniowa 10.
Nüssenfeld Józef, chirurgja i urologja, lekarz Kasy chorych — Potockiego 12, telefon 135-02.
Nykliński Mieczysław, prakt. Szpitala św. Łazarza — Stolarska 13.

Olbrycht Jan Stanisław, prof. Uniw. Jagiell., medycyna sądowa — Al. Słowackiego 15, telefon 143-06.
Osiek Bernard, choroby dzieci — Garncarska 16.
Oszacki Aleksander, Doc. Uniw. Jagiell., choroby wewnętrzne — Krupnicza 10, telefon 123-06.
Oszast Zbigniew, choroby skóry — Kopernika 48.
Owczyński Tadeusz, chor. wewnętrzne — Lubicz 34, telefon 123-06.
Owsiński Józef, naczelny lekarz miejski — Gołębia 2, tel. 114-99.

Paklikowski Mieczysław, choroby wewnętrzne — Szlak 18.
Pachoński Antoni, chor. gardła i uszu — Potockiego 4, tel. 133-75.
Pakowska Zofja, lekarz-dentysta — Straszewskiego 24.
Paluch Emil — Kołłątaja 11.
Pancerzyński Wacław, prakt. Szpitala św. Łazarza — Cieszyńska 16.
Papée Adam, choroby kobiece i położnictwo, lekarz K. O. T. R. — Aleja Słowackiego 42, telefon 155-08.
Parfanowicz Konstanty — Topolowa 33.
Paster Zygmunt, choroby kobiece i położnictwo — Karmelicka 28, telefon 128-13.
Paszkowski Stanisław, neurolog — Kopernika 48.
Pawlas Tadeusz, choroby skóry, Doc. U. J. — Czapskich 1, telefon 142-10.
Pawliger Leon, chirurgja, lekarz Kasy chorych — J. Sarego 24, telefon 144-95.
Pawlikowski Bronisław, lekarz Wojew. krak. — Szlak 13.
Pechner Henryk, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — Krakowska 4, telefon 146-56.
Pechnerowa Marja, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — Zyblikiewicza 10.
Piątkowski Juljusz, lekarz-dentysta — Basztowa 23.
Piekarska Marja, choroby oczu — Kopernika 38.
Pieczenko Borys, Doc. U. J. — Al. Mickiewicza 13.

Pieńkowski Stefan, choroby nerwowe i umysł. Prof. U. J. — Botaniczna 1.

Pilecki Łazarz, choroby skórne i weneryczne, inspektor sanitarno-obyczajowy w Wojew. krakowskiem — Asnyka 3, tel. 146-06.

Pinkusfeld Adolf, choroby wewnętrzne — św. Sebastjana 7, telefon 116-63.

Pinkusfeldowa Regina (Reich), choroby dzieci — św. Sebastjana 7.

Piotrowski Kazimierz, choroby kobiece — Długa 60.

Piotrowski Ludwik, prakt. Szpitala św. Łazarza — Garncarska 9.

Piotrowski Tymoteusz, choroby kobiece i położnictwo — Garncarska 9, telefon 105-23.

Pisarski Tadeusz, operator-urolog, Doc. U. J. — Długa 29, telefon 132-46.

Pisek Henryk, choroby wewnętrzne, okręg. lekarz miejski — Lwowska 17, telefon 125-95.

Pisek Leon, lekarz-dentysta — Pl. Dominikański 1.

Pizeles Dawid, prakt. Szpitala św. Łazarza — Salinarna 6.

Podłęski Walenty, lekarz-dentysta, lekarz Kasy chorych — Basztowa 3.

Podwińska Marja, stomatolog — Wybickiego 1.

Podwiński Stanisław, lekarz-dentysta, lekarz Kasy chorych, b. asyst. Kliniki stomatol. — Wybickiego 1.

Pogonowski Bolesław, położnictwo i choroby kobiece, lekarz Kasy chorych — Basztowa 23, telefon 144-78.

Polek Aleksander, chor. dzieci i wewn. — Dębniki, Różana 9, telefon 181-78.

Pomeranz Henryk — Tad. Kościuszki 16.

Porański Wilhelm, lekarz-dentysta, lekarz Kasy chorych — św. Marka 27, telefon 110-12.

Poźniak Stanisław, choroby wewnętrzne i dzieci — lekarz szkolny miejski — Potockiego 13, telefon 104-74.

Praetzel Gustaw, lekarz-dentysta — Rynek Główny 24, tel. 111-84.

Prokocimer Edward — Starowiślna 66.

Pronaschko Norma z domu Taub — Helclów 21.

Prusek Rudolf — Długa 54.

Przetacznik Jan, chirurgja — Warszawska 4.

Przeworski Stanisław Mieczysław, choroby gardła i uszu — Florjańska 39.

Przybylski Adam Stanisław, roentgenologja — Rękawka 3.

Ptak Stanisław, lekarz Lecznicy Związkowej — Garncarska 11.

Redo Aleksander, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — Salinarna 9.

Reich Karol, choroby wewnętrzne — Filipa 12, telefon 158-80.

Reichel Telesfor — Krupnicza 7.

Reichan Jerzy — Syrokomli 11.

Reichert Janina zamężna Romanowa, chor. skórne, weneryczne, kosmetyka — Szujskiego 6.

Reiner Otmar, choroby wewnętrzne — Szpitalna 38, tel. 123-49.
Reiss Henryk Jan, choroby skóry, asystent Kliniki Uniw. Jagiell., Krupnicza 5.
Remin Stanisław, lekarz miejski, Sienkiewicza 14.
Ritter Jakób, choroby dzieci — św. Gertrudy 18, telefon 118-90.
Rogalski Tadeusz, choroby nerwowe i umysłowe — Basztowa 3, telefon 105-75.
Roman Stanisław, chor. wewnętrzne — Szujskiego 6/I.
Rosenbaum Basia, chor. skórne — Librowszczyzna 1.
Rosenblatt-Molknerowa Eleonora Rachela, choroby wewnętrzne — Czysta 16, telefon 147-84.
Rosenhauch Edmund, choroby oczu, ppułkownik-lekarz — Juljusza Lea 10, telefon 102-71.
Rosenzweig Henryk Naftali. chor. skórne i płciowe — Zwierzyniecka 11/I., telefon 128-04.
Rosenzweig z Heckerów Helena, choroby dzieci — Zwierzyniecka 11/I., telefon 128-04.
Rost Bronisław, lekarz Kasy chorych, choroby nerwowe — Basztowa „Feniks", telefon 126-75.
Rowiński Tadeusz, lekarz-dentysta Wojew. — pl. Jabłonowskich 3, telefon 136-28.
Rubczyńska Janina Alfreda Ewa, choroby wewnętrzne — Jabłonowskich 6.
Rubinstein Amalja zam. Jurkiewiczowa, choroby kobiece i położnictwo, — Wrzesińska 9, telefon 134-80.
Rubinstein Dawid, sekundarjusz Szpitala św. Łazarza — Krakowska 13, telefon 114-56.
Rudeński Teodozy — Chodkiewicza 9.
Rutkowski Maksymiljan, prof. Uniw. Jagiell., chirurgja — Długa 6, telefon 103-71.
Rychliński Wacław, choroby kobiece i położnictwo — Aleja Słowackiego 9, telefon 120-20.
Rychwicki Włodzimierz, higjena — Zamojskiego 1.
Ryglicki Stefan Roman, choroby wewnętrzne — Czarnowiejska 15.
Rzeszutek Ludwik — Rakowice, OO. Pijarzy.

Sabuda Mieczysław, chor. wewnętrzne — Szpitalna 36.
Saganowa Lea — Al. Królewska 57.
Salak Bolesław, nacz. Wydz. Zdr. Woj. Krak. — Basztowa 22.
Salamon Samson, choroby wener. i skórne — św. Krzyża 7/I.
Sas Adolf, chirurgja — Pańska 10/II., telefon 127-66.
Scheindlinger Regina, choroby skórne — Wolnica 5.
Schell Michał, okulista — Szewska 21.
Schenker Ignacy, chirurgja i urologja — św. Gertrudy 16, telefon 125-27.
Scheindlingerówna Marja, choroby skórne — plac Wolnica 5.
Schittler Rudolf, lekarz woj. — Szpitalna 34.
Schmiedt Emeryk — Grzegórzecka 16.

Szlank Józef, choroby kobiece i położnictwo — Gołębia 2, telefon 124-09.
Schmelkes Beno — Rakowicka 8.
Schneider Jan, choroby dzieci — Zwierzyniecka 19.
Schneider Ludwik, choroby wewnętrzne — Florjańska 34, telefon 101-77.
Schornstein Helena zamężna Chudyk, Szpital św. Łazarza — Wiślna 9, telefon 130-16.
Schönberg Marja, sek. Szpitala Izraelitów — Plac Zgody 7.
Schönberg Maks, prakt. Szpitala św. Łazarza — Librowszczyzna 6.
Schreiber Józef, choroby kobiece i położnictwo — Długa 10.
Schützer Zbigniew — Kopernika 40.
Schwarz Stefan, ginekologja — Pańska 5.
Schwarz Zygfryd, choroby wewnętrzne — J. Sarego 11, tel. 124-91.
Schwarzbart Adolf, choroby gardła, uszu, zaburzenia głosu i mowy — Starowiślna 4.
Schwarzbart-Feldblum Bronisława, choroby skórne i kosmetyka — Krupnicza 3.
Sędzielowski Józef, lekarz-dentysta — Dunajewskiego 6, telefon 113-03.
Sędzimir Aleksander — Plac Matejki 5.
Siedlecki Feliks, choroby wewnętrzne, Doc. Uniw. Jagiell. — Basztowa 1, telefon 119-80.
Sielecka Stanisława, elektro-terapja — Zyblikiewicza P. K. O.
Sieppel Ludwik, stomatol. — Garncarska 9.
Sikorska Aurelja, choroby nerwowe i umysł. — Wenecja 2, telefon 135-11.
Sikorska Helena, choroby wewnętrzne, lekarz szkolny miejski — Karmelicka 28.
Sikorski Stanisław, choroby wewnętrzne, st. lekarz okręg. miejski, Lwowska 2, telefon 120-54.
Silber Erna zamężna Landauowa, praktykant Szpitala św. Łazarza — Zyblikiewicza 11.
Silberberg (z Löbel) Leon, choroby wewnętrzne — Starowiślna 49, telefon 117-90.
Silberberg Berta, chor. skórne i kosm. — Starowiślna 49, tel. 117-90.
Silberberg Sprynca Stefanja, chor. wewnętrzne — Starowiślna 41.
Silberfeld Anna Regina, dentystyka — ord. Mostowa 10, zamieszkała Mostowa 10.
Silberring Majer Jonasz, choroby oczu, lekarz Kasy chorych — Sławkowska 30.
Singer Henryk, prakt. Szpitala św. Łazarza — J. Sarego 19, telefon 121-89.
Skauba Henryk — Garbarska 7-a.
Skórczewski Witold, choroby wewnętrzne — Smoleńska 13.
Skąpska Anna, praktykant Kliniki okulistycznej — Kremerowska 10.
Składzień Edward, prakt. Szpitala św. Łazarza — Kopernika 17.
Smoliński Jan — św. Filipa 16.

Sobieszczański Ludwik, lekarz Kasy chorych — Nadwiślańska 4.
Sokołowski Adam, asyst. I. Klin. chor. wewn. — Starowiślna 62.
Sokołowska Helena, choroby wewnętrzne, lekarz szkolny miejski, Łobzowska 7.
Solecka Marja Anna, lekarka szkolna — Siemiradzkiego 25.
Sommerstein Chaim, dentysta — Zwierzyniecka 21.
Soroka Jan — św. Filipa 16.
Spira Józef, choroby gardła, nosa i uszu — Rynek Gł. 24, tel. 114-98.
Spira Rafał, choroby gardła, nosa i uszu — Pijarska 5.
Spira Grüna Lewingerowa, lekarz Kasy chorych, choroby wewnętrzne i dziecięce — Paulińska 26, telefon 113-07.
Spissowa Marja, higjena — Szlak 38.
Spoczyńska Jadwiga Agnieszka, choroby dzieci — Anczyca 9.
Spritzer Marceli, prakt. Szpitala św. Łazarza — Sienna 2/IV.
Sroka Izrael, choroby wewnętrzne — Al. Słowackiego 1.
Stahr Eljasz, choroby wewnętrzne — Potockiego 7, telefon 115-19.
Starzewski Wojciech Ludwik Józef, asyst. Klin. ginekol.-położn. — Retoryka 3.
Stanoch Adolf, major lekarz — II Osiedle ofic. 6.
Stanoch Franciszka, choroby kobiece — Osiedle Ofic. 6/II.
Stanowski Józef, chor. wewnętrzne — Łobzowska 45.
Statter Józef, lekarz Kasy chorych, choroby dzieci — Kalwaryjska 21, telefon 117-76.
Stawiarska Gabrjela, praktykant Szpitala św. Łazarza, lekarka szkolna — Wygoda 7.
Steinberg Leon, choroby kobiece, położnictwo — Starowiślna 77.
Steinberg Maurycy, choroby wewnętrzne — Przemyska 3.
Stern Natan — Mostowa 2.
Sternbach Karol, choroby skórne i weneryczne, lekarz Kasy chorych — Sobieskiego 1.
Stępowski Bronisław, choroby kobiece i położn. — Studencka 6.
Stieglitz Rachela, choroby kobiece i położnictwo — Józefitów 8.
Stobiecki Adam, prakt. Szpitala św. Łazarza — Sławkowska 4.
Stoch Stanisław, chirurgja — Krowoderska 48/I.
Stochowa-Kitaj Halina, choroby oczu — św. Sebastjana 15/III.
Stopczański Jan, choroby skórne i weneryczne, st. lekarz miejski, Szewska 4, telefon 113-25.
Stielowa Ela, stomatolog — Zwierzyniecka 7.
Stypa Mieczysław Ferdynand, lekarz Kasy chorych, chirurgja — Dietlowska 84, P. K. O.
Suchorzewska Marja Janina, choroby wewn. — Straszewskiego 2.
Surowiec Antoni, lekarz-dentysta, lekarz Kasy chorych — Łobzowska 15, telefon 134-32.
Supniewski Janusz, Prof. U. J., farmakolog — Al. Słowackiego 15.
Surzycki Józef, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — Karmelicka 27, telefon 101-56.
Syrek Adam — Grzegórzecka 16.
Süsser Mojżesz, choroby wewnętrzne — Plac Wolnica 12-a.

Swatowa Marja, choroby oczu — Sienkiewicza 2.
Ślączka Aleksander, lekarz Kasy chorych, choroby nerwowe i umysłowe — św. Jana 2.
Ślączkowa Zofja, choroby kobiece — św. Jana 2.
Śmigielski Piotr — Pl. Szczepański 7.
Świerczek Stanisław — Smoleńska 35.
Świerz Witold, choroby gardła, nosa i uszu, lekarz kolejowy — Grabowskiego 9-a, telefon 142-41.
Syrop Jakób, lekarz-dentysta — plac WW. Świętych 10, tel. 113-21.
Szabuniewicz Bożydar, asyst. Zakładu fizjologji Uniw. Jagiell. — Grzegórzecka 16.
Szancenbach Jan, choroby kobiece i położnictwo, lekarz Kasy chorych — Basztowa 1, telefon 130-79.
Szancer Hirsch Henryk, Szpital św. Łazarza — Starowiślna 62, telefon 129-47.
Szantroch Zygmunt, docent anatomji opisowej — Kopernika 12.
Szczeklik Edward, b. asystent Kliniki chorób wewnętrznych Uniw. Jagiell. — Kopernika 2, telefon 157-89.
Szczerbiński Edward, praktykant Szpitala św. Łazarza — Król. Jadwigi 118.
Scheyer Albin, choroby kobiece — Bonerowska 2.
Szlapak Helena, lek. Kasy chorych — Mogilska 33.
Szpiro Władysław — Filipa 13.
Sztencel Władysław, lekarz Kasy chorych, choroby wewnętrzne — św. Jana 1, telefon 118-20.
Schinagel Emil, choroby dzieci — Karmelicka 22.
Szubarga Józef Jan — Jabłonowskich 12.
Schlager Schönberg Marja, choroby wewnętrzne i dzieci — Pl. Zgody 7.
Szumowski Władysław, choroby gardła, nosa i uszu — Wolska 6/II.
Szuniewicz Wacław, choroby dzieci — Stradomska 4.
Szymanowicz Józef, Docent Uniw. Jagiell., choroby kobiece i położnictwo — Siemiradzkiego 35, telefon 104-24.
Schwarz Stefan, choroby kobiece, położnictwo — Zamenhofa 8.

Talewski Roman, prakt. Szpit. św. Łazarza — Bonerowska 5.
Teichmann Aleksander, choroby wewn. — Grodzka 61, tel. 130-25.
Teichner Sabina, lek.-dentystka — Florjańska 23.
Tempka Tadeusz, prof. Uniw. Jagiell., choroby wewnętrzne — św. Jana 1, telefon 146-68.
Tiger Abraham, choroby wewnętrzne — Salinarna 2, tel. 117-70.
Thorn Adela zamężna Silberring, choroby skórne i kosmetyka lekarska — Sławkowska 30.
Thur Zygmunt, choroby nerwowe — Legjonów 8.
Thurowa Regina, choroby dzieci, lek. Kasy chorych — Legjonów 8.
Tochowicz Leon, asyst. I Klin. chorób wewnętrznych — Karmelicka 9, telefon 177-37.

Tokarski Marjan Stanisław, choroby wewnętrzne i oczu, lekarz szkolny — Friedleina 27.
Topolnicki Józef, Dyr. Szpit. św. Łazarza — Konarskiego 21.
Trzebicka Stefanja, choroby oczu, lekarz Kasy chorych — Starowiślna 19, telefon 106-67.
Trzebicky Rudolf, choroby skórne i weneryczne, lekarz Kasy chorych — św. Tomasza 26, telefon 156-99.
Trzebicka Zofja-Geneli — św. Tomasza 26.
Turkowa Marja, choroby wewnętrzne, lekarka szkolna — św. Jana L. 9/I., telefon 134-86.
Turyna Eugenjusz, położnictwo — Kujawska 16.
Twaróg Michalina Zofja zamężna Gradzińska, choroby nerwowe i umysłowe — Starowiślna 20.

Uhma Czesław Antoni, chor. kobiece i położnictwo — Pędzichów 5.
Urzędowski Hieronim — Wybickiego 1.

Vergesslich Stefan Ludwik, choroby wewnętrzne — Topolowa 4.

Wachholz Leon Jan, prof. Uniw. Jagiell., medycyna sądowa — Wyspiańskiego 6, telefon 149-10.
Wachtel Henryk, radjologja — Krupnicza 8, telefon 107-85.
Walkowski Jan, choroby wewnętrzne, asyst. II Kliniki U. J. — Kopernika 15.
Walewski Stanisław, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — Michałowskiego 14/II., telefon 155-50.
Walter Franciszek, prof. Uniw. Jagiell., choroby skórne i wener.; ord.: Rynek Kleparski, mieszka: Lenartowicza 5, tel. 123-43.
Wanat Władysław, prakt. Szpit. św. Łazarza — Al. Mickiewicza 21.
Wander Leon, lekarz Kasy chorych, choroby nerwowe i umysłowe — Starowiślna 28.
Warzecha Leopold — Szpitalna 34.
Wasserberg Dora, dentystka, lek. Kasy chorych — Krakowska 31.
Wasserberg Paulina, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — Grodzka 48, telefon 133-58.
Wasserman Józef, choroby wewnętrzne i dzieci — Zyblikiewicza 9.
Wąsowicz Zygmunt, choroby wewnętrzne — Łobzowska 7.
Weber Henryk, choroby skórne i weneryczne — Florjańska 9.
Weinberg Anna — św. Agnieszki 2.
Weinsberg Jakób, choroby wewnętrzne, st. lekarz okręg miejski — Wrzesińska 5, telefon 114-63.
Weissglas Wilhelm, choroby wewn. — św. Gertrudy 2, tel. 111-30.
Wernikowski Wiktor, lekarz-dentysta — Rynek Główny 6.
Wielawski Józef — Łobzowska 6.
Wielska Hildegarda Helena, roentgenologja — Garncarska 11.
Wilczek Marjan, choroby oczu — Mogilska 11.
Wilczyński Ludwik, choroby wewnętrzne — Podwale 1.

Wisłocka Wanda Marja, choroby wewnętrzne — Kanonicza 16, telefon 102-46.
Wiśniewski Józef, choroby kobiece i położnictwo — Szewska 5.
Wistreich Jakób, choroby skórne i weneryczne — Potockiego 1.
Włodyżanka Jarosława, okulistka — św. Gertrudy 14.
Wnuczek Wilhelm, lekarz-dentysta — Wolska 3, telefon 138-44.
Wodniecki Józef, lekarz-dentysta — Wielopole 6, telefon 107-83.
Woliczko Kazimierz — św. Kingi 11.
Wołyńcowa Paulina, lek.-dentystka — Koszary Czarnieckiego.
Wojciechowski Bruno, choroby kobiece — Dunajewskiego 2, telefon 103-62.
Wojewski Stanisław, lekarz-dentysta — pl. Matejki 5.
Wojnar Stanisław, higjena — Szujskiego 4, Kocmyrzów.
Wolański Roman, chirurg, sekund. oddz. chirurg. Szpit. Okręg. — Syrokomli 7.
Wróblewski Janusz — Wyspiańskiego 11-a.
Wróblewski Wincenty, b. naczelnik wojewódzkiego Wydziału zdrowia — Franciszkańska 4, telefon 147-00.
Wysocki Piotr Antoni, chor. wewnętrzne — Wiślna 10, tel. 100-66.

Zakrzewski Wacław, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych, lekarz szkolny — Pańska 5, telefon 144-88.
Zamorski Stanisław, choroby wewnętrzne, st. lekarz okręg. miejski — Rynek Dębnicki 9, telefon 114-09.
Zapałowicz Władysław, lekarz-dentysta — Karmelicka 16.
Zaremba Juljusz, lekarz Kasy chorych, chirurgja — Potockiego 5.
Zborczyński Franciszek, chirurgja — Kopernika 21.
Ziarko Jan, choroby wewnętrzne — Długa 5, telefon 125-57.
Zieliński Marcin, Doc. Uniw. Jagiell., choroby nerwowe i umysłowe — Mikołajska 32, telefon 130-98.
Ziemiański Mieczysław — Kobierzyn.
Zopoth Artur, choroby kobiece i położnictwo, lekarz okręg. miejski, Rynek Kleparski 5, telefon 102-18.
Zubrzycki January, Prof. Uniw. Jagiell., choroby kobiece i położnictwo — Krupnicza 3, telefon 134-94.
Zylber Adam, choroby płuc, naczelny lekarz w Zakładach sanitarnych miejskich — Prądnicka 50.

Żabiński Robert, sekund. Szpit. św. Łazarza, choroby wewnętrzne Syrokomli 3.
Żabianka Marja, prakt. Szpitala św. Łazarza — Pl. Matejki 6.
Żardecki Aleksander, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy chorych — Al. Krasińskiego 12.
Żuliński Edward, choroby płuc — Zyblikiewicza dom. P. K. O.
Żydłowicz Władysław, choroby skórne i weneryczne — Florjańska 22.
Żuliński Kazimierz — Prądnicka 80.
Żurowski Ludwik — A. Potockiego 4.
Żychowicz Adam — Zamojskiego 37.

KASA CHORYCH W KRAKOWIE.

Pogotowie lekarskie w permanencji telefon 175-50. (Centrala Batorego 3).

Spis lekarzy ordynujących w Kasie Chorych w Krakowie.

Nazwisko i imię	Godziny urzędowe	L. pokoju	Adres prywatny	Telefon prywatny
Lekarz naczelny:				
Dr Bobrowski Emil	11 —16		Brodowicza 14.	115-50
Zast. Lekarza Naczelnego:				
Dr Dyboski Tadeusz	12 —15		Św. Tomasza 22.	134-31
Dr Surzycki Józef			Karmelicka 27.	101-56
Naczelny konsulent:				
Dr Stahr Eljasz	12 —14		Potockiego 7.	115-19
OBWÓD I. (część miasta i powiatu po lewym brzegu Wisły):				
Lekarz obwodowy:				
Dr Ciećkiewicz Marjan	12 —16		Siemiradzkiego 10.	119-72
A. MIASTO KRAKÓW:				
a) Ośrodek Leczniczy przy ul. Batorego 3:				
Choroby wewnętrzne:	Godziny ordynacyjne			
Dr Bieńkiewicz August	13 —14.30	81	Groble 8.	—
Dr Biernacki Henryk	8 —10	84	Studencka 25.	127-67
Dr Bobak Antoni	12 —14	87	Karmelicka 45.	128-75
Dr Böhmerwald Henryk	13 —15	86	Retoryka 17.	121-68
Dr Czapnicki Henryk	13 —15	75	Długa 43.	140-29
Dr Goldmanowa Amalja	15.30—17	81	Wielopole 11.	176-95
Dr Gólski Stanisław	14 —16	80	Basztowa 16.	113-15
Dr Habicht Kazimierz	8 —10	87	Michałowskiego 9.	131-95
Dr Jurkowicz Ignacy	11 —13	84	Wrzesińska 9.	134-80
Dr Kon Maksymiljan	11 —13	89	Mazowiecka 64.	156-14
Dr Landau Maurycy	10 —12	80	Wielopole 11.	112-31
Dr Leinkram Zygmunt	10 —12	87	Wrzesińska 9.	—
Dr Libman Edward	9 —11	86	Rynek Kleparski 13.	125-02
Dr Liwszyc Stanisław	11 —13	76	J. Sarego 20.	127-76
Dr Margulies Wolf	9 —11	75	Św. Agnieszki 2.	123-35
Dr Pinkusfeld Adolf	11 —13	86	Sebastjana 7.	116-63
Dr Reich Karol	9 —11	89	Św. Filipa 12.	158-80
Dr Sobieszczański Ludwik	15 —17	75	Ziemiańska 7.	110-75
Dr Sokołowski Adam	13 —15	86	Kopernika 17.	—
Dr Sternbach Karol	11 —13	81	Sobieskiego 1.	
Dr Surzycki Józef	14 —16		Karmelicka 27.	101-56
Dr Szczeklik Edward	12 —13	83	Kopernika 2.	157-89
Dr Sztencel Władysław	12 —14	80	Grodzka 48.	118-20
Dr Walewski Stanisław	11 —13	75	Łobzowska 27.	155-50
Dr Wasserberg Paulina	9 —11	81	Grodzka 48.	133-58
Dr Zakrzewski Wacław	8 —10	80	Pańska 5.	144-88

Nazwisko i imię	Godziny ordynacyjne	L. pokoju	Adres prywatny	Telefon prywatny
Chirurgja:				
Dr Jasieński Jerzy	15 —16	58-59	Zwierzyniecka 15.	171-64
Dr Knoreck Jan	10.30—12	58-59	Potockiego 3.	133-20
Dr Mazanek Henryk	14 —15	61	Dunajewskiego 3.	165-44
Dr Nüssenfeld Józef	12 —15	58-59	Potockiego 12.	135-02
Dr Zaremba Juljusz	11.30—14	61	Potockiego 3.	—
Kosiński Mieczysław	8.30—9.30		Łobzowska 29.	110-15
Laryngologja:				
Dr Landau Ada	10 —12	66	J. Sarego 11.	131-53
Dr Machauf Edward	8 —10	66	Jagiellońska 9.	118-22
Dr Nodzyński Tadeusz	12 —15	66	Warszawska 1.	172-12
Choroby skórne i wener.:				
Dr Horowitz Lila	14 —16	18	Dietlowska 59.	160-85
Dr Kajzer Adolf	8 —10	18	Karmelicka 11.	109-29
Dr Katyńska Irena	16 —17	18	Wielopole 26.	—
Dr Leuchter Henryk	12 —14	17	Straszewskiego 2.	127-20
Dr Marcyaniak Franciszek	9 —11	17	Radziwiłłowska 27.	—
Dr Missona Krzysztof	10 —12	17	Kopernika 2.	—
Dr Mulowski Tadeusz	14 —15	17	Wybickiego 1.	—
Dr Trzebicky Rudolf	11 —14	17	Św. Tomasza 26.	156-99
Choroby kobiece:				
Dr Cikowski Stanisław	16 —17	68	Św. Jana 18.	176-50
Dr Głębocka Marja	14 —16	68	Florjańska 53.	129-27
Dr Grzybowski Grzegorz	9 —11	68	Długa 4.	112-78
Dr Lachs Jan	11 —13	68	Jasna 7.	102-35
Dr Pogonowski Bolesław	13 —14	68	Basztowa 23.	144-78
Choroby systemu nerw.:				
Doc. Dr. Brzezicki Eugen.	8 —10	29	Batorego 7.	116-28
Dr Chłopicki Władysław	14 —15	29	Kopernika 48.	115-94
Dr Jeleńska Sabina	9 —11	29	Pl. Jabłonowskich 2.	148-49
Dr Rost Bronisław	11.30—13.30	29	Basztowa 15.	126-75
Dr Ślączka Aleksander	14 —16	29	Św. Jana 2.	121-50
Choroby oczu:				
Dr Bannet Arnold	12 —14	56	Pl. Dominikański 2.	115-21
Dr Berezowski Tadeusz	15.30—17	56	Sławkowska 25.	112-25
Dr Karelus Kazimierz	8 —10	56	Basztowa 1.	127-44
Dr Silberring Jonasz	14 —16	56	Sławkowska 30.	161-93
Dr Trzebicka Stefanja	10 —12	56	Starowiślna 19.	167-45
Choroby dzieci:				
Dr Förster Aleksander	10 —12	34	Bracka 7.	114-25
Dr Gołąb Jan	12.15—14.15	34	Zyblikiewicza 5.	110-34
Dr Kostecki Jan	8.45—10.45	33	Florjańska 15.	128-00
Dr Merz Alfred	11 —13	33	Starowiślna 1.	104-42
Dr Spoczyńska Jadwiga	13 —15	33	Anczyca 9.	181-02
Dentystyka:				
Kier. Dr. Surowiec Antoni	8 —11		Sobieskiego 7.	—
Dr Barański Emil	15.30—18		Florjańska 20.	—

Nazwisko i imię	Godziny ordynacyjne	L. pokoju	Adres prywatny	Telefon prywatny
Dr Czadowski Edmund	8 —10		Wolska 11.	118-44
Dr Friedeker Salomon	9 —11		Karmelicka 28.	118-59
Dr Jurowiczowa Czesława	12 —14		Św. Tomasza 24.	—
Dr Pakowska Zofja	11 —14		Straszewskiego 24.	170-83
Dr Podłęski Walenty	8 —11		Basztowa 3.	110-12
Dr Podwiński Stanisław	8 —10		Wybickiego 1.	155-15
Dr Porański Wilhelm	12 —14		Św. Marka 27.	110-12
Dr Teichnerowa Sabina	14.30—16.30		Blich 4.	—
Dr Tesarzowa Walentyna	9 —11		A. Potockiego 5.	148-63
Dr Wasserberg Dora	11.15—13.15		Krakowska 31.	129-70
Lek. Baldinger Herman	14.30—16.30		Starowiślna 6.	—
Lek. Maryniakowa Helena	16 —18		Batorego 19.	—
Lek. Wołyńcowa Paulina	10 —12.15		Śląska 7.	—
Badanie młodocianych robotników:				
Dr Medyński Ignacy	14 —16	89	Siemiradzkiego 15.	—
Dr Reich Karol	14 —16	89	Św. Filipa 12.	158-80
Pracownia Bakterjologiczna:				
Dr Baczakówna Halina	12 —14		Wincentego Pola 4.	140-56
Dr Eisele Henryk	12 —14		Kremerowska 10.	119-31
Dr Eisenberg Filip	14 —15		Smoleńska 25 a.	—
Dr Godlewski Wacław	15 —17		Konarskiego 10.	170-79
Dr Joffowa Gustawa	12 —14		Dąbrowskiego 4.	—
Lek. Swat Adam	11 —14		Sienkiewicza 2 a.	—

POGOTOWIE LEKARSKIE — TELEFON 175-50.

Lekarze dyżurni pełnią kolejno dyżury nocne od 20 do 8, oraz dyżury świąt. i niedzielne od 8 do 20 w Centrali Kasy.

Dr Chlipalski Mieczysław			Rynek Kleparski 14.	145-92
Dr Dobrzański Karol			Konarskiego 32.	—
Dr Engel Adolf			Dietla 66.	165-98
Dr Fischer Jan			Konarskiego 3.	—
Dr Godlewski Wacław			Konarskiego 10.	170-79
Dr Gutwiński Stanisław			Karmelicka 60.	—
Dr Kossowski Mieczysław				—
Dr Sokołowski Adam			Kopernika 17.	—

b) Ośrodek Leczniczy przy ul. św. Wawrzyńca 5.

Choroby wewnętrzne:				
Dr Goldgart Leon	12 —14		Dietla 62.	103-91
Dr Grünhut Bernard	11.30—13.30		Dietla 49.	113-04
Dr Szancer Henryk	13.30—14.30		Starowiślna 62.	129-47
Dr Żardecki Aleksander	9.30—11.30		Krasińskiego 12.	—
Choroby dzieci:				
Dr Lewinger Grüna	9.30—11.30		Paulińska 26.	113-04

Nazwisko i imię	Godziny ordynacyjne	L. pokoju	Adres prywatny	Telefon prywatny
c) Ośrodek Leczniczy w Fabryce Tytoniu:				
Choroby wewnętrzne:				
Dr Gąsiorowski Stanisław	13 —14.30		Szlak 32.	
Dr Rosenowa Regina	10 —11		P. Michałowskiego 6.	138-51
Choroby kobiece:				
Dr Pogonowski Bolesław	12 —13		Basztowa 23.	114-78
d) Ośrodek Leczniczy w Fabryce Zieleniewskiego:				
Dr Kłosowski Stanisław	11 —14		Zwierzyniecka 8.	—
e) Ośrodek Leczniczy Fabryczny w Monopolu Spiryt.:				
Dr Szlapakówna Halina	8 — 9.30		Mogilska 33.	—
f) Ośrodek Leczniczy dla chorych na płuca przy ul. Radziwiłłowskiej 1:				
Dr Dunaj Zygmunt	17 —19		Długa 21.	155-06
Dr Felix Józef	12 —14		Straszewskiego 21.	107-03
Dr Herschdörfer Ozjasz	9 —11		Dietla 58.	—
B. POWIAT KRAKÓW:				
a) Ośrodek Leczniczy w Prądniku Czerwonym:				
Dr Nowosielski Włodzim.	14 —15.30		Wiśniowa 10 a.	—
b) Ośrodek Leczniczy w Zabierzowie:				
Dr Bierzyński Henryk	10 —12		Zabierzów	5
c) Ośrodek Leczniczy w Liszkach:				
Dr Müller Filip	10 —12		Liszki	—
d) Ośrodek Leczniczy w Czernichowie:				
Dr Kępiński Leon			Czernichów	—
e) Ośrodek Leczniczy w Kocmyrzowie:				
Dr Herman Bolesław	8 —10		Kocmyrzów	—
OBWÓD II. (część miasta i powiatu po prawym brzegu Wisły):				
Lekarz obwodowy:				
Dr Glassner Roman	9 —12		Kalwaryjska 5.	114-62
A. MIASTO KRAKÓW:				
a) Ośrodek Leczniczy przy pl. Serkowskiego 10:				
Choroby wewnętrzne:				
Dr Abend Józef	11.30—13.30	22	Rynek Podgórski 11.	126-37
Dr Biberstein Aleksander	8.30—10.30		Warneńczyka 3.	140-28
Dr Birkenfeld Karol	9 —11	13	Lwowska 15.	115-34

Nazwisko i imię	Godziny ordynacyjne	L. pokoju	Adres prywatny	Telefon prywatny
Dr Dziuba Stanisław	12 —14	13	Wolska 9.	181-70
Dr Friedman Henryk	12 —14	6	Wrzesińska 3.	117-79
Dr Laub Abraham	11.30—13.30	12	Rynek Podgórski 13.	129-95
Dr Pechner Henryk	9 —11	22	Krakowska 4.	146-56
Dr Pechner Marja	9 —11	21	Zyblikiewicza 10.	—
Dr Redo Aleksander	13 —15	13	Salinarna 22.	—
Dr Silberberg Leon	9 —11	6	Starowiślna 49.	117-90
Chirurgja:				
Dr Pawliger Leon	9.30—12	20	Dietlowska 91.	144-95
Dr Stypa Mieczysław	12.30—15	20	Gmach P. K. O.	152-65
Choroby skórne i weneryczne:				
Dr Ameisen Aleksander	9 —11	30	Karmelicka 16.	176-03
Dr Rubinstein Dawid	11.30—13.30	30	Krakowska 13.	114-56
Choroby kobiece:				
Dr Niewola Jan	11.30—13.30	15	Rynek Podgórski 9.	146-10
Dr Szancenbach Jan	9.30—11.30	15	Basztowa 1.	130-79
Dr Stępowski Bronisław	13 —14	15	Studencka 6.	148-72
Choroby systemu nerwowego:				
Dr Wander Leon	9 —11	31	Starowiślna 28.	129-37
Choroby oczu:				
Dr Mirowski Abraham	12 —13	31	Grodzka 69.	—
Dr Piekarska Marja	13 —14	31	Klin. Okulist. U. J.	—
Choroby dzieci:				
Dr Blankstein Felicja	9.30—11.30	25	J. Sarego 12.	115-91
Dr Statter Józef	11.30—13	26	Kalwaryjska 21.	117-66
Dr Turowa Regina	12 —14	25	Legjonów 8.	117-65
Dentystyka:				
Dr Fiut Juljan	11.15—13.15		Karmelicka 14.	—
Dr Fleischman Löffelholz	14.30—16.30		Zamojskiego 26.	—
Dr Michalski Wiktor	9 —11		Barska 7.	—

Lecznictwo fizykalne w Ośrodku Leczniczym w Podgórzu:

Dr Bober Antoni	16 —19	34-39	Długa 74.	140-85
Dr Kepler Wiktor	13 —16	34-39	Legjonów 12.	120-31
Dr Kułakowski Wojciech	17 —19	34-39	Juljusza Lea 47.	—
Dr Schwarzbart Bronisława	11 —13	34-39	Krupnicza 3.	148-54

Nazwisko i imię	Godziny ordynacyjne	L. pokoju	Adres prywatny	Telefon prywatny
B. POWIAT KRAKÓW:				
a) Ośrodek Leczniczy w Borku Fałęckim:				
Dr Grüner Aleksander	10 —13		Borek Fałęcki	116-30
b) Ośrodek Leczniczy w Kobierzynie:				
Dr Czarniecki Feliks			Kobierzyn-Zakład	
c) Ośrodek Leczniczy w Skawinie:				
Choroby wewnętrzne:				
Dr Polański Jerzy	18 —19		Skawina	23
Dr Szwarc Jan	9 —10.30		Skawina	
Dr Świeżawski Leon	8 — 9		Skawina	
Choroby dzieci:				
Dr Kiełczewski Stanisław	11.30—13.30 (czwartki)		Kraków, Krasińskiego 26.	180-22
Stomatologja:				
Dr Fiut Juljan	16.30—19.30 (poniedziałki środy i piątki)		Kraków, Karmelicka 14	
d) Ośrodek Leczniczy w Prokocimiu:				
Dr Wilk Juljan	14 —16		Prokocim	—
e) Ośrodek Leczniczy w Bieżanowie:				
Dr Malinowski Gustaw	9 —10		Bieżanów	—
f) Ośrodek Leczniczy w Wieliczce:				
Dr Jakubowski Marjan	12.30—14.30		Kraków, Batorego 19.	162-38
Dr Molkner Władysław	8.30—10.30		Wieliczka	
Dr Tune Szymon	11.30—13.30		Wieliczka	
Dr Wojtaszek Roman	13 —15		Wieliczka	
Choroby dzieci:				
Dr Jasieńska Anna	9 —11		Kraków, Zwierzyniecka 15.	171-63
g) Ośrodek Leczniczy w Niepołomicach:				
Dr Wittlin Józef	10 —11		Niepołomice	—

1. Poradnie dla kobiet ciężarnych i poradnie małżeńskie:

a) ul. Batorego 3, we wtorki
b) plac Serkowskiego 10, w środy
c) ul. św. Wawrzyńca 5, w czwartki od 17—19 prowadzi p. Dr. Helena Fischówna.

2. Poradnie dla matek i niemowląt:

a) ul. Batorego 3, w czwartki i piątki od 16—18, p. Dr. Gustawa Joffowa
b) ul. Batorego 3, w poniedziałki od 17—19, p. Dr. Janina Kościuszkowa
c) plac Serkowskiego 10, we wtorki i środy od 15—17, p. Dr. Felicja Blankstein
d) ul. św. Wawrzyńca 5, w środy i soboty od 14.30—16.30, p. Dr. Grüna Lewingerowa
e) na Grzegórzkach, w piątki od 16—18, p. Dr. Jadwiga Spoczyńska
f) na Prądniku Czerwonym, w środy od 15—16, p. Dr. Justyna Jaskólska
g) w Skawinie, w czwartki od 11.30—13.30, p. Dr. Stanisław Kiełczewski
h) w Wieliczce, p. Dr. Anna Jasieńska.

3. Poradnia przeciwgruźlicza w Wieliczce w wtorki i piątki od godziny 12—15 p. Dr. Wojciech Gürtler.

Spis techników dentystycznych.

Aschler Pinkus, Bożego Ciała 31.
Alfus Henryk, Starowiślna 23.
Angelus Ludwik, Karmelicka 14.
Bartoszyński Tadeusz, Zyblikiewicza 28.
Berhang Saul, Poselska 15.
Biedroński Władysław, Długa 11.
Bornstein Zygfryd, Sławkowska 14.
Bratt Józef, Starowiślna 52.
Buczyńska Anna, Rakowicka 1.
Cyzer Bernard, Batorego 25.
Drabik Marjan, Rynek Podgórski 4.
Feldbaum Laura, J. Sarego 5.
Finker Salo, Dietlowska 45.
Fiszer Mojżesz, Grodzka 43.
Fiszer Jakób, Grodzka 60.
Frisch Izaak, Starowiślna 45.
Gdowski Marjan, Rynek Główny 22.
Gieser Leon, Florjańska 36.
Gintel Henryk, Długa 28.
Gintel Leon, Krupnicza 10.
Gintlowa Sabina, Krupnicza 10.
Goldfinger Maurycy, Józefińska 4.
Goldmann Abraham, Nadwiślańska 1.
Gottlieb Maurycy, Długa 38.
Griffer Eugenjusz, Lwowska 36.
Griess Józef, Pawia 6.
Gumplowicz Maksymiljan, Starowiślna 6.
Haber Wiktor, Kochanowskiego 20.
Hałaciński Aleksander, Mazowiecka 30.
Jachimowicz Edward, Podwale 2.
Jaśkiewicz Jan, Florjańska 19.
Jaroszowa Anna, H. Sienkiewicza 1, I. p.
Kahan Izaak, Miodowa 12.
Kirsch Leon, Barska 32.
Kleinberger Karol, Przymoście 1.
Kleinberger Alfred, Mikołajska 6.
Kleinberger Natan, Szewska 27.
Kleinman Adolf, Kazimierza Wielkiego 34.

Kolman Helena, Zagrody 8.
Konwent OO. Bonifratrów (Brat Rafał Patalas), Trynitarska 11.
Korański Edward, św. Tomasza 19.
Kornfeld Jan, Zygmunta Augusta 5.
Kowalczyk Władysław, pl. Szczepański 7.
Kukulska z Sikorskich Stefanja, św. Jana 18.
Kuner Abraham, Librowszczyzna 4.
Laksberger Markus, Rynek Podgórski 15.
Lampart Herman, Pańska 5.
Langer Stanisław, Zwierzyniecka 15.
Lermer Samuel, Sławkowska 6.
Landwirthowa Ludwika, Syrokomli 7.
Lessing Jakób, Grodzka 8.
Lipoński Włodzimierz, Florjańska 13.
Löwy Fryderyk, Dietlowska 46.
Lustgarten Władysław, Grodzka 69.
Łukasiewicz Karol, św. Tomasza 9.
Majewski Leon, Starowiślna 12.
Markowska Zofja, Krowoderska 2.
Monderer Samuel, Stradom 23.
Nachsatzowa Zofja, Krakusa 8.
Offen Ignacy, pl. WW. Świętych 10.
Ordower Karol, Mały Rynek 4.
Pawłowska Felicja, św. Tomasza 15.
Pelikan Hugo, Karmelicka 27.
Pietroń Eugenjusz, Karmelicka 12.
Piżel Stanisław, Powiśle 2.
Reder Maksymiljan, Miodowa 24-a.
Reisler Herman, Szewska 7.
Rosenberg Józef, J. Lea 21.
Rosenmann Gerson, Dietlowska 36.
Rosenzweig Saul, XXII. Rynek 13.
Rubner Jakób, J. Sarego 7.
Schlang Markus, Stradom 15.
Schlang Natan, Syrokomli 5.
Scheuer Roman, Siemiradzkiego 23.
Schlürzlówna Regina, Krakowska 23.
Schmeidler Emanueł, św. Sebastjana 22.
Semmel Herman, Dietlowska 44.
Silberfeldówna Antonina, Mostowa 10.
Silberstein Henryk, Grodzka 42.
Sonnenblick Zygmunt, Dietla 105.
Spanauf Bernard, Grodzka 15.
Sperling Idel, Kopernika 8.
Stamler Szaje, Starowiślna 69.
Stein Eljasz, Grodzka 8.
Steinberg Adam, św. Tomasza 4.
Steinlaufowa Chaja, Smocza 10.
Sroczyński Bolesław, Wolska 11.

Stoszko Józef, Rynek Główny 15.
Strzelbicki Stanisław, Florjańska 16.
Szypulski Teofil, Konopnickiej 13.
Śliwiński Michał, Florjańska 3.
Tieberg Maurycy, Wielopole 3.
Tlachna Władysław, Podzamcze 24.
Tombiński Konrad, Wiślna 4.
Vogler Izydor, pl. WW. Świętych 8.
Waltner Nachman, Kościuszki 42.
Warski Józef, Grodzka 29.
Waldman Leon, Jagiellońska 5.
Wasserberger Jakób, Smolki 9.
Wildstosser Leon, Krowoderska 51.
Wiśniewski Czesław, św. Marka 20.
Wnuczek Jerzy, Wolska 3.
Wojciechowska Marja, Łobzowska 27.
Wojciechowski Stefan, Rynek Główny 6.
Wójcik Franciszek, Królowej Jadwigi 11.
Wójtowicz Franciszek, Moniuszki 35.
Zaliwski Antoni, Zyblikiewicza, P. K. O.
Zimetbaum Józef, Wiślna 9.
Żelechowski Józef, Starowiślna 16.

Spis akuszerek.

zamieszkałych w Krakowie.

Adler Jacheta — Krakowska 33.
Augustynek Władysława — Chodkiewicza 7.

Bachlejowa Anna — Celarowska 5.
Banachowa Anna — św. Jana 30.
Barańska Julja — Grzegórzecka 6.
Bąkowska Marja — Dąbrówki 7.
Białkowa Barbara — Pasterska 28.
Białkowa Salomea — Mazowiecka 13.
Bienenfeld Hinda — Starowiślna 40.
Bilińska Franciszka — Wrocławska 3.
Bodner Freida — Wawrzyńca 30.
Bornstein Teofila — Bocheńska 5.
Broszkiewicz Felicja — Szlak 49.
Brudowa Katarzyna — Aleja Mickiewicza 13.
Brustowa Sara — Brzozowa 15.
Burtanowa Anna — Szlak 18.
Bucka Antonina — Karmelicka 29.
Baranowa Aniela — Jagiellońska 9.
Bąkowa Zofja — Topolowa 4.

Carowa Stefanja — Skawińska 16.
Ceglarska Barbara — Bosacka 5.
Ciężakowa Marta — Bracka 15.
Cora Ludwika — Krupnicza 14.
Cygielska Marja — Florjańska 9.
Czajowska Jadwiga — Lubicz 3.
Czajkowska Władysława — Czarnowiejska 67.
Czechowska Feliksa — Czarnowiejska 4.
Czepiec Zofja — Mazowiecka 39.

Dynowska Anna — Wasilewskiego 8.
Dziewińska Marja — Spiska 1.

Fedolak Franciszka — Racławicka 5.
Feidstein Chaja — Wielicka 10.
Feiweles Marja — Dąbrówki 10.
Feiweles Rozalja — Grodzka 35.

Franaszek Franciszka — Wiśniowa 4.
Frei Rozalja — Józefa 9.
Flaszowa Rozalja — Wiśniowa 3.
Franczakowa Emilja — Aleja Królewska 27.

Gałka Adela — Grzegórzecka 76.
Gargowa Kunegunda — Król. Jadwigi 20.
Garzyńska Ludwika — Florjańska 11.
Gątkowska Marja — św. Łazarza 17.
Godniowska Stanisława — Barska 9.
Grzegorczyk Antonina — Płaszów, Łanowa 12.
Gzik Genowefa — Płaszowska 104.

Halamowa Antonina — Strzelecka 7.
Handzel Barbara — Topolowa 13.
Harasymowicz Marjanna — Chodkiewicza 7.
Hałoniowa Zofja — Lubicz 30.

Inglot Anastazja — Wielicka 5.
Inwał Barbara — Lwowska 9.

Jasicowa Rozalja — Racławicka 14.
Jastrzębska Agnieszka — Sołtyka 13.
Jelonkowa Joanna — Spiska 15.
Jabłońska Barbara — Szlak 9.

Kahan Anna — Kasprowicza 20.
Karasiowa Julja — Długa 74.
Kluzowicz Zofja — Bosacka 7.
Kłysiowa Marja — Topolowa 26.
Kmiecik Karolina — Krasickiego 4.
Koprowska Marjanna — Grzegórzecka 158.
Kornatowa Marja — Helclów 3.
Kościułek Marja — Kalwaryjska 57.
Kowalczyk Anna — Chodkiewicza 17.
Kowalska Stanisława — Rynek 15.
Kramarska Marja — Grzegórzecka 33.
Kreisowa Paulina — Florjańska 5.
Kubińska Rozalja — Ks. Józefa 24.
Kudlowa Marja — Krowodrza Murowana 2.
Kumela Jadwiga — Grzegórzecka 150.
Kupkowa Katarzyna — Wawrzyńca 5.
Kurdzielowa Helena — Zygmunta Augusta 11.
Kuzelman Józefa — Kopernika 34.
Kulczyk Józefa — Lwowska 1.
Kęskowa Katarzyna — Łagiewnicka 27.
Kudłania Ewa — Ks. Józefa 54.

Ladrowa Józefa — Kalwaryjska 42.
Langer Gusta — Józefa 8.

Lenikówna Marja — Lenartowicza 5.
Leśniakowa Marja — Czysta 13.
Leichardłowa Helena — Bonarka 28.

Łańkowa Magdalena — Felicjanek 15.
Łazarowa Marja — Felicjanek 17.
Łętocha Zofja — Płaszowska 13.
Łukasikowa Franciszka — Senatorska 4.

Macakowa Helena — Andrzeja Potockiego 3.
Majewska Helena — Krowoderska 30.
Masłowska Helena — św. Tomasza 6.
Matuła Amalja — Zamojskiego 40.
Motyczkowa Zofja — Rybacka 28.
Misiura Katarzyna — Kalwaryjska 70.
Mollowa Magdalena — Kościuszki 63.
Motkowska Marja — Krasickiego 8.
Mowczanowska Marja — Zamojskiego 31.
Mohlerowa Sabina — Kościuszki 35.
Muchowa Józefa — Plac Matejki.

Nabel Katarzyna — Lubelska 5.
Nieckarska Józefa — Kościuszki 64.
Nowak Anna — Kościuszki 35.
Nowak Apolonja — Zamojskiego 33.
Nowakowa-Kwiecińska Antonina — Dąbrówki 7.

Ogrodzińska Aniela — Nowowiejska 15.
Orderowa Ryfka — Kupa 4.

Paczutowa Aniela — Felicjanek 19.
Pastuszak Marja — Rękawka 14.
Pawlikowska Franciszka — Podzamcze 3.
Pierzchała Julja — Poselska 20.
Pirogowa Wiktorja — Zamojskiego 23.
Polewka Helena — Pl. Zgody 16.
Policht Zofja — Nadwiślańska 19.
Prochalowa Marja — Miedziana 98.
Prorok Karolina — Al. Skrzyneckiego 4.
Potokowa Sylwa — Groble 18.
Pfeffer Pelagja — Starowiślna 26.
Pyderkowa Katarzyna — Juljusza Lea 22.

Ratajowa Teresa — Szlak 9.
Rokoszowa Aniela — Skawińska 14.
Rubis Marja — Wiśniowa 2.
Rygułowa Marja — Konarskiego 3.

Satke Helena — Kołłątaja 11.
Schaeffer Alojza — Garncarska 11.

Schnurowa Adela — Gazowa 13.
Schuster Felicja — Murowana 4.
Sewiołek Stanisława — Miodowa 28.
Selinger Helena — Brzozowa 11.
Sękowska Karolina — Osiedle 12.
Simon Marja — Barska 31.
Skarbek Domicella — Zamkowa 4.
Solarzowa Józefa — Czarnowiejska 84.
Smoterowa Katarzyna — św. Gertrudy 15.
Steinberger Itel — Lwowska 26.
Stepanowa Helena — św. Sebastjana 5.
Strojna Honorata — Mazowiecka 21.
Strojna Marja — Mazowiecka 4.
Sułek Ludwika — Pl. Zgody 14.
Stępska Antonina — Wąska 6.
Szylarowa Wiktorja — Zatorska 12.
Śmietanowa Marja — Koszykarska 182.
Świadkowska Aniela — Mikołajska 4.
Szostek Marja — Zatorska 9.
Szczęśniak Walerja — Lwowska 3.
Skwarek Anna — Rzeczysko 10.
Suplicka Janina — Prandoty 2.
Szczypińska Emilja — Zielna-Boczna 6.

Trzaskoś Zofja — Rymarska 9.
Trzeplowa Agnieszka — Janowa Wola 1.
Tempelhof Scheindle — Bożego Ciała 31.
Turakiewiczówna Zofja — św. Filipa 23.
Trychubczak Marja — Łobzowska 4.

Urbańska Julja — Siemiradzkiego 12.

Walewska Anna — Spiska 1.
Wachalowa Marja — Mieszczańska 3.
Warmuzkowa Katarzyna — Studencka 4.
Wesołowska Wiktorja — Poselska 20.
Witekowa Justyna — Felicjanek 23.
Włoczkowska Rozalja — Chodkiewicza 17.
Wołkowa Marja — Chocimska 32.
Woźniczkowa Marcjanna — św. Filipa 18.
Wasinowa Marja — Zyblikiewicza 16.
Wszędobyłowa Anna — Emaus 10.
Wywiałowa Marja — Wrocławska 91.

Zakulska Antonina — Asnyka 3.
Zapalska Bronisława — Mazowiecka 21.
Zięba Jadwiga — Konarskiego 3.
Zidro Marja — Skałeczna 8.

Żurek Franciszka — Wrocławska 95.

Sen i jego przyczyny.

Bezsenność jest zmorą, która szczególnie dzisiaj gnębi bardzo dużą ilość ludzi. Tempo życia współczesnego, gorączkowa pogoń za chlebem, wieczne kłopoty i troski, oraz cała skala naszych rozbudzonych namiętności — oto przyczyny, które przez zakłócenie równowagi psychicznej wywołują bezsenność. Zanim jednak zajmiemy się bezsennością, jako zjawiskiem niezmiernie dziś między ludźmi cywilizowanymi częstem, musimy zdać sobie sprawę z tego czem właściwie jest sen. Nie kusimy się oczywiście o wynalezienie wyczerpującej i ostatecznej odpowiedzi na to pytanie, lecz poruszamy tę kwestję jedynie ze względu na jej doniosłość praktyczną.

Istota snu jest zjawiskiem, szczerze mówiąc, wielce dla nas zagadkowem. Fizjologja zagadki tej dotychczas nie rozwiązała. Wszyscy niby-to znamy sen, chociażby z własnego doświadczenia, ale nie znamy przyczyn, które go wywołują; wiemy, iż bez snu organizm nasz egzystować nie może, że jest on niezbędnym czynnikiem dla zachowania równowagi duchowej i fizycznej, ale na tem też kończą się wszystkie nasze wiadomości o śnie. Wprawdzie nie brak i tu całej masy teoryj i hipotez, starających się wytłumaczyć to zjawisko, lecz już sama ich mnogość świadczy najwymowniej o tem, że sprawa cała jest jeszcze w powijakach. Mimo to warto zapoznać się z niektóremi, bardziej ciekawemi teorjami.

Jedna z nich twierdzi, iż sen nie jest niczem innem, jak tylko przejściowem zaprzestaniem czynności dużego mózgu, a więc czasowem przerwaniem świadomych procesów psychicznych w szerokiem tego słowa znaczeniu. Przeciwko tej teorji przemawia jednak fakt przyjmowania przez nas podczas snu rozmaitych wrażeń zmysłowych, jak o tem dokładnie pouczają nas marzenia senne. Pozatem znany jest w fizjologji eksperyment Goltza, który dowiódł, że u psów, pozbawionych dużego mózgu, okresy snu pojawiają się naprzemian z okresami czuwania.

Sądzono również, że mózg człowieka nie może być ciągle czynny, że po pracy następować musi okres absolutnego spokoju i że człowiek, jak cała natura zresztą, zbiera w nocy nowe siły do walki i trudów dnia następnego. Ta tak zwana dynamiczna teorja snu, niczego właściwie nam nie tłumaczy, opisując jedynie zjawiska. Przeciwnicy dynamicznej teorji wysuwają szereg dobrze znanych nam faktów, które w zupełności przeczą temu, co ona podaje jako prawdy niezbite. A więc wspomnijmy naprzykład o ludziach różnych zawodów, prowadzących życie naopak,

to jest robiących z dnia noc i naodwrót, jak naprzykład stróże nocni, szoferzy, dorożkarze, piekarze, maszyniści, zecerzy, dziennikarze i t. d. Organizm tych ludzi tak się przystosował do odmiennego trybu życia, że praca nocna i sen dzienny bynajmniej mu nie szkodzą. Pozatem wiemy również, że cały szereg organów pracuje bez przerwy aż do śmierci, że wymienimy tylko serce lub aparat oddechowy. Wszystko to przemawia przeciw teorji dynamicznej.

Więcej już prawdopodobną wydaje się teorja mechaniczna, która stara się wytłumaczyć istotę snu niedokrewnością, czyli anemją mózgu.

Wiemy przecież wszyscy, że niezbędnym warunkiem naszej świadomości jest normalny obieg krwi w mózgu. Zbyt silny przypływ lub nagły odpływ krwi spowodować mogą błyskawiczną utratę świadomości, a w krańcowych wypadkach i nagłą śmierć (apopleksja). Zatamowanie przypływu lub odpływu krwi sprowadza również utratę świadomości w postaci omdlenia. — Stwierdzono doświadczeniami Doudersa i Blumenbacha, że podczas snu mózg znajduje się w stanie zanemizowania, a więc niedokrewności. Jednocześnie zauważono, że podczas snu kończyny, to znaczy ręce i stopy, nabrzmiewają nieco, co przemawiałoby za tem, że krew podczas snu odpływa z mózgu do części obwodowych. Jednak i ta teorja ma swoje „ale". Jedna zwłaszcza okoliczność nasuwa poważne wątpliwości co do wiarygodności tej hipotezy: niskie położenie głowy mianowicie, które sprzyja przypływowi krwi do mózgu, nie sprowadza bynajmniej bezsenności. Można to coprawda tłumaczyć tem, że zazwyczaj lekkie przekrwienie mózgu poprzedza jego zanemizowanie, jak się to dzieje naprzykład w czasie sztucznego snu w narkozie, ale mimo to brzmi to nieco nieprawdopodobnie.

Najciekawszą ze wszystkich jest jednak teorja snu chemiczna. Zauważono mianowicie już oddawna, że wskutek zmęczenia mięśnia gromadzą się w nim pewne substancje, które działają nań paraliżująco, niby silny jad; po usunięciu ich mięsień staje się znów zdolny do pracy. Substancje te noszą nazwę toksyn znużenia. Powstają one na skutek czuwania i pracy, gromadzą się we krwi jako produkty przemiany materji, aż wkońcu koncentracja ich dochodzi do takiego stopnia, że zaczynają działać na mózg usypiająco. Według tej hipotezy sen jest jakby samozatruciem organizmu „produktami znużenia". Takim produktem znużenia jest naprzykład kwas mleczny, gromadzący się w ciągu pracy w mięśniach i we krwi. On to właśnie powoduje uczucie zmęczenia, utratę siły skurczu mięśni, wreszcie senność. Podczas snu i wypoczynku toksyny znużenia zostają wydalone z organizmu i w ten sposób przychodzi jakby do regeneracji całego ustroju.

Widzimy z tego wszystkiego, że normalny sen jest niezbędnym warunkiem dla naszego życia i zdrowia; tem bardziej więc należy zwalczać bezsenność, która działa zabójczo na organizm, podkopując jego siły żywotne.

Skrzywienie kręgosłupa.

Za bezpośredni powód skrzywienia kręgosłupa uważana jest powszechnie szkoła, zmuszająca młodzież w okresie najsilniejszego rozwoju do siedzenia przez długie godziny w ciasnych, niewygodnych, nierzadko zupełnie nieodpowiadających wzrostowi dziecka, ławkach. W tym kierunku jednak wiele już zrobiono w szkolnictwie zagranicznem, a także i polskiem. Konstrukcja ławek szkolnych musi być obecnie taka, by pozwalała na swobodne siedzenie i nie skazywała ucznia na tortury. Przytem młodzież dzisiejsza nie siedzi już przez kilka godzin bez przerwy; same godziny nauki są skrócone i trwają tylko 45 minut.

Mimo to jednak liczba wypadków skrzywienia kręgosłupa nie zmniejszyła się, stwierdzono natomiast, że u wielu dzieci występuje ono w wieku przedszkolnym, kiedy winy tego kalectwa nie można przypisać siedzeniu w ławce. Czasami zdarza się również, że u dziecka, dotkniętego skoliozą (skrzywieniem kręgosłupa do boku) w wieku przedszkolnym, w czasie uczęszczania do szkoły choroba nie rozwija się wcale, lecz zaczęła robić szybkie postępy dopiero po opuszczeniu szkoły, gdy uczeń stanął przy zawodowym warsztacie pracy. Taka skolioza nosi już charakter choroby zawodowej, spowodowanej małą odpornością kręgosłupa na wpływy zewnętrzne, będące w związku z wykonywaną pracą.

Świadczy to o tem, że prawdziwy, istotny powód skrzywienia kręgosłupa tkwi w samym organiźmie dziecka i nie da się usunąć przez zmianę mechaniczną warunków zewnętrznych. Może ona polegać na wrodzonem zniekształceniu, na stanie zapalnym, może też być odziedziczona albo nabyta w wieku niemowlęcym na tle rachitycznem.

Stwierdzono, że zniekształcenia rachityczne, spowodowane niedorozwojem kości, zbyt ubogich w wapień, mogą przybierać bardzo groźne rozmiary i pozostawić w organiźmie ślady na całe życie. Czasami niema nawet żadnych zewnętrznych objawów krzywicy (rachitis) i dopiero spóźnione ząbkowanie zwraca uwagę matki na nienormalny rozwój dziecka.

Oczywiście, że w mieście, gdzie o pomoc lekarską jest łatwo i gdzie rozporządza się rozlicznemi środkami pomocniczemi, stwierdzenie krzywicy, która nigdy prawie nie rozwija się przed

trzecim miesiącem życia dziecka, jest bardzo łatwe. Prześwietlenie promieniami Roentgena oddaje tu medycynie znakomite usługi.

Istotą krzywicy, czyli t. zw. popularnie angielskiej choroby jest fałszywa przemiana materji, obejmująca cały dziecięcy organizm. Zmniejsza się w jej przebiegu zawartość fosforu w surowicy krwi na skutek wydzielania się fosforu w moczu w postaci kwaśnych fosforanów. Zmienia się też spalanie cukru w organiźmie. Ubytek fosforu można częściowo wynagrodzić sztucznem doprowadzaniem do organizmu fosforu z tranem.

Może żadna choroba w rozwoju swym nie zależy w równym stopniu od warunków życia chorego i jego otoczenia, jak krzywica. Nieodpowiednie warunki mieszkaniowe, ciasnota, brak powietrza, słońca i ruchu, nieodpowiedni pokarm matki, — oto czynniki, które ją wywołują. Krzywica jest więc par excellence chorobą społeczną, choć zdarza się dość często i u dzieci rodzin dobrze sytuowanych. Do jakiego stopnia światło wpływa na jej rozwój, tego dowodzi fakt, że w Indjach naprzykład, gdzie dzieci klas zamożnych wychowują się przeważnie w ciemnych komnatach, zauważono o wiele większy procent dzieci rachitycznych w rodzinach zamożnych, niż u ludu, gdzie dziatwa nieraz bywa źle albo nieodpowiednio żywiona.

Najważniejszemi atutami w walce z krzywicą, a więc również ze skrzywieniem kręgosłupa, które często bywa spowodowane angielską chorobą, są: dużo powietrza, światła, ruchu (niekrępowanie i niespowijanie niemowląt), oraz jako lekarstwo tran (witaminy) z fosforem. Jeżeli nie można dziecku dostarczyć dostatecznej ilości światła słonecznego w naturze, należy się uciec do pomocy lampy kwarcowej, której promienie ultrafioletowe zastąpią dziecku do pewnego stopnia słońce naturalne.

Dobre wyniki osiągnięto również po zagranicznych lecznicach dziecięcych przez podawanie małym pacjentom mleka, naświetlonego promieniami ultrafioletowemi. Do tego celu niekonieczne jest nawet mleko świeże. Można użyć od biedy, a z dobrym skutkiem, mleka w proszku, które zostało naświetlone, a które bez zmiany przechowuje się całemi miesiącami. Dzisiejszy przemysł spożywczy, liczy się z zapotrzebowaniem medycyny i prócz mleka produkuje i inne jeszcze środki spożywcze, naświetlane promieniami ultrafioletowemi, jak mąkę, żółtko i t. d.

Dotychczasowe doświadczenia w leczeniu krzywicy pozwalają się spodziewać, że w najbliższym czasie choroba ta, a przynajmniej jej ciężkie, zniekształcające formy, jak skrzywienie kręgosłupa, znikną z powierzchni ziemi i przestaną być postrachem rodziców.

Co i jak jadać?

Zagadnienie racjonalnego odżywiania się posiada pierwszorzędne znaczenie, zwłaszcza u nas, gdzie uświadomienie szerokiego ogółu w tych sprawach jest jeszcze minimalne. Bez przesady można powiedzieć, że kwestja prawidłowego odżywiania jest jedną z najważniejszych i najbardziej palących dla egzystencji społeczeństwa. Gdy bowiem uważnie przyjrzymy się ludności naszych miast, osad fabrycznych, a nawet mieszkańcom wsi, to stwierdzimy, że niedobór pokarmowy cechuje stół zarówno pod dachem miejskim, jak i pod chłopską strzechą.

Szczególnie jaskrawo malują się skutki wadliwego odżywienia wśród dzieci. Ale i ludzie zamożni, zasobni w dostateczne fundusze, odżywiają się wskutek braku odpowiedniego uświadomienia niewłaściwie, ze szkodą dla zdrowia, następstwa czego odczuwać się dadzą nieraz jeszcze w pełni lat. A ludzie pracy? Nietylko, że nie mają dostatecznych środków na racjonalne utrzymanie, lecz co gorsza pozbawieni są warunków, które umożliwiłyby im właściwe przyjmowanie pokarmów.

Od miary odpowiedniej i od właściwego doboru pokarmów zależy sprawność fizyczna, a poniekąd i wartość moralna, a więc siła jednostki i — co za tem idzie — ogółu. Z racjonalnem unormowaniem pożywienia idzie bowiem w parze dobry bilans wewnętrzny, równowaga budżetu rodziny i państwa. Ale to już jest troska późniejsza. Przedewszystkiem pamiętać należy o tem, że naogół jadamy wbrew wszelkim wymogom i wskazaniom nauki. To, co się na pierwszy rzut oka nasuwa, to absolutny brak wszelkiej systematyczności w tym względzie. Organizm ludzki wymaga pokarmu w regularnie określonych godzinach. Tak przynajmniej jest zagranicą, np. we Francji, gdzie posiłek spożywa się w pewnych, ustalonych porach dnia i wówczas całe bezmała życie uliczne zamiera. Bez względu na to, kto to jest, robotnik, czy pracownik umysłowy, zasiada punktualnie do obfitego drugiego śniadania o tej samej godzinie i nic go nie zdoła wówczas oderwać, ani też nikt nie próbuje mu nawet przeszkadzać, bo to jest uświęcona godzina posiłku.

U nas jest pod tym względem zupełnie inaczej. Nigdy niewiadomo, kto kiedy się posila, gdyż jedzenie uzależnia się od najrozmaitszych okoliczności, przedewszystkiem zaś od załatwienia

interesów, a więc spraw drugorzędnych, a tylko nie od najważniejszej, jaką jest odżywianie dla organizmu. Przytem okresy, w jakich się posilamy, są jaknajgorzej dobrane. Wyobraźmy sobie człowieka pracy, np. urzędnika, który kończy urzędowanie, powiedzmy, o godzinie 4-tej. Jakże on się w ciągu dnia odżywia? Rano wypija szklankę herbaty lub kawy, przegryza bułką i pędzi do biura. W trakcie urzędowania zjada dwie bułeczki, popija herbatą i dopiero między godziną 4-tą a 5-tą zasiada po kilkugodzinnym dniu pracy do właściwego posiłku — obiadu. Już po zjedzeniu obiadu odczuwa senność — zmęczenie, co właśnie jest następstwem osłabienia. Przegłodzenie takie odbija się oczywiście szkodliwie na zdrowiu, przedewszystkiem na stanie nerwów, a wydajność pracy także na tem cierpi.

Należałoby postępować zupełnie inaczej. Rano przed pójściem do zajęcia powinno się zjeść obfite śniadanie tak, jak to czynią, np. Anglicy, którzy na śniadanie jedzą ryby, jaja, owsiane kleiki, a więc gotowaną strawę, niezależnie od gorącego napoju. Jest to niezbędne szczególnie wtedy, gdy między śniadaniem pierwszem a drugiem jest duża przerwa. A następnie w czasie urzędowania powinna istnieć pauza na drugie śniadanie, obfite, któreby mogło zapewnić siły do dalszej pracy. Tak jest na Zachodzie i nikogo to nie dziwi. Wprawdzie jadają tam obiad dopiero o godzinie 7-mej, a więc dopiero to, co odpowiada naszej kolacji, lecz prawie niczem — poza zupą — nie różni się on od drugiego śniadania.

Jak widać, organizm w ten sposób nakarmiony, jest dostatecznie zaopatrzony, aby móc intensywnie, bez uszczerbku dla zdrowia, pracować. My zaś, jadając późno obiad, przed samym snem spożywamy przeładowane mięsem kolacje, co jest zgubne dla organizmu, gdyż ułożyć się do spoczynku można wówczas najwcześniej w 2 godziny po jedzeniu. Przytem zważyć również trzeba, że pokarmy, które spożywamy, są zbyt jednostajne, nieurozmaicone. Ma to tę złą stronę, że pożywienie wykazuje niedobory w składnikach, niezbędnych dla organizmu, co nie zdarza się, gdy pokarmy są urozmaicone.

Wreszcie — jadamy za mało jarzyn, zbyt przeciążając nasze menu mięsem. Oczywiście przy nędznem odżywianiu się robotników korzystniejsze jest zdobycie przez nich mięsa zamiast innych pokarmów; byłoby jednak pożądane, gdyby mogli na śniadanie jadać gorącą jarzynę. Zagranicą przetwarzana jest z roślin strączkowych, jak np. z grochu, fasoli, zupełnie u nas nieznana mąka, która umożliwia szybkie, bo nawet na śniadanie, ugotowanie smacznej jarzynki. Niedoceniane jest również u nas, jako produkt odżywczy, mleko, prawie niepijane przez osoby starsze. Z tłuszczów najbardziej do użytku nadaje się masło, zawierające witaminy, produkt odżywczy, niezbędny dla organizmu, podczas gdy tłuszcze nietylko roślinne, lecz i zwierzęce, nie posiadają tej cennej dla życia substancji. Na zakończenie dodać należy, że odżywiać się należy przynajmniej trzy razy dziennie, obficie i racjonalnie.

Co to jest transfuzja krwi?

Transfuzja czyli przetaczanie krwi jest to zabieg, polegający na tem, że człowiekowi, któremu grozi śmierć na skutek nadmiernej utraty krwi, wstrzykuje się dla uzupełnienia powstałych braków krew innego człowieka. Nieskomplikowany ten napozór zabieg, znany przytem już oddawna (już 200 lat temu próbowano w takich wypadkach wstrzykiwać krew jagniąt), nie jest jednak tak prosty, jakby się wydawać mogło. Praktyka wykazała bowiem, że podobnie, jak krew zwierzęca ulegała szybko rozkładowi i zniszczeniu przy zetknięciu się z krwią nowego gospodarza, tak samo i w wielu wypadkach przetaczania krwi ludzkiej z jednego człowieka do krwiobiegu drugiego przychodziło w krótkim czasie do gwałtownych i niebezpiecznych zaburzeń, których nie umiano sobie wytłumaczyć. Zauważono tylko, że jeśli ofiarodawcą krwi była osoba blisko spokrewniona z osobą chorą, to zabieg przebiegał łagodnie i bez niebezpieczeństw dla pacjenta.

Niedogodności te sprawiły, że na dłuższy przeciąg czasu zaniechano wogóle transfuzji krwi, a to tem chętniej, ponieważ przekonano się, iż w wielu wypadkach śmierci z skrwawienia się nie brak krwi, jako takiej, był przyczyną zejścia śmiertelnego, tylko brak płynu w naczyniach krwionośnych i stąd poprostu fizyczna niemożność dalszego funkcjonowania tej pompy ssąco-tłoczącej, jaką jest serce. Próbowano tedy napełnić naczynia krwionośne ludzi, którzy utracili dużą ilość krwi, innym nieszkodliwym płynem, a więc t. zw. fizjologicznym roztworem soli, do którego później dodano nieco adrenaliny, i przekonano się, że już po uzupełnieniu brakującej ilości płynu wystarczało bardzo często, zwłaszcza w położnictwie, do uratowania chorych. Infuzja fizjologicznego roztworu soli kuchennej, jako zabieg prosty i łatwy do uskutecznienia, stała się tedy na lata całe ulubioną metodą ratowania ludzi skrwawionych.

Wojna jednakże podobnie, jak w wielu innych sprawach, tak i tu sprowadziła kompletną rewolucję. Najpierw w Ameryce, potem w Europie, powrócono do starego zabiegu przetaczania krwi z człowieka do człowieka, a powrócono dlatego, ponieważ przekonano się, że tam, gdzie ono daje się przeprowadzić bez poważniejszych zaburzeń, tam daje szanse daleko szybszego i pewniejszego przyjścia do siebie chorego, który z jakichkolwiek powodów utracił dużo krwi. Co więcej, eksperymentalnie wykazano, że zwierzęta, które sztucznie pozbawiono do 70 procent krwi,

można było jeszcze uratować przez wprowadzenie fizjologicznego roztworu soli, natomiast przy utracie krwi ponad 70 procent, tylko przy zastosowaniu transfuzji.

Oczywiście podobnie, jak i dawniej, przekonano się i teraz, że podczas, gdy jedni chorzy znoszą zupełnie dobrze obcą krew, wstrzykniętą im do żył, to drudzy reagują na to zwyżką temperatury i innemi niepożądanemi zaburzeniami. Przychodzi przytem do rozpadu, czyli hemolizy obcych czerwonych ciałek w krwi gospodarza, co właśnie prowadzi do objawów zatrucia. Wysnuto stąd wniosek, że najważniejszą rzeczą dla uniknięcia niebezpieczeństw transfuzji jest odpowiedni dobór osoby, dającej swą krew. Krew ofiarodawcy i chorego muszą sobie odpowiadać, muszą się znosić. Z szeregu badaczy, którzy zajmowali się rozwiązaniem tego problemu, wymienić należy na pierwszem miejscu amerykańskiego lekarza, Mossa, jako wynalazcę dość prostej, biologicznej próby, dozwalającej w krótkim przeciągu czasu, bo w 4 do 5 minut, bez pomocy mikroskopu, gołem okiem stwierdzić w kropli krwi, czy krew chorego znosić się będzie dobrze z krwią ofiarodawcy, czy nie. Jeśli okaże się, że dobór jest odpowiedni, to można bez niebezpieczeństwa dla chorego przystąpić do transfuzji, uzupełniając zaraz potem brak, powstały wskutek tego w krwiobiegu ofiarodawcy, odpowiednią ilością fizjologicznego roztworu soli.

Przetaczania krwi dokonywa się dziś w szpitalach i klinikach nietylko w wypadkach niebezpieczeństwa skrwawienia się na skutek ran czy ciężkich porodów, gdzie przychodzi do jednorazowej, znacznej utraty krwi, ale także i tam, gdzie wskutek drobnych, ale ciągle się powtarzających ubytków krwi, które się sumują zachodzi możliwość poważnego osłabienia (n. p. przy wrzodach żołądka lub jelit) a dalej w przebiegu niektórych chorób krwi dla podrażnienia szpiku kostnego i pobudzenia go do obfitszej produkcji krwi.

Ofiarodawcami krwi są zazwyczaj krewni lub przyjaciele chorego, oczywiście, o ile poza tem są zupełnie zdrowi. Nadto szpitale mają zwykle do dyspozycji ludzi, którym ze względów leczniczych n. p. z powodu zbyt wysokiego ciśnienia krwi, trzeba upuszczać krwi. Otóż dla ludzi takich jest rzeczą zupełnie obojętną, co się stanie z nadwyżką ich krwi, którą się im upuszcza z żył, a szpitale chętnie korzystają z takiej okazji, jeśli zachodzi potrzeba przetoczenia tej krwi innym chorym. W klinikach znowuż zawsze znajdują się chętni do ofiar młodzi lekarze i studenci, którzy nie żałują swej krwi cierpiącym współludziom. Inaczej nieco wygląda ta rzecz w Ameryce, gdzie, jak już zaznaczyliśmy, transfuzja krwi jest dłużej i częściej stosowana. Tam wytworzył się poprostu nowy zawód: istnieją ludzie, którzy traktują oddanie swej krwi w celach leczniczych jako nową gałąź zarobkowania i z sprzedaży tej krwi znajdują środki dla utrzymania się przy życiu. Zwyczaj ten przyjmuje się zresztą i w całej Europie.

Walka ze starością.

Ludzie nie chcą się absolutnie starzeć, wszelkiemi siłami czepiają się resztek lat młodych; chcą odsunąć od siebie za wszelką cenę dręczący koszmar starości, a zarazem przez cały czas trwania młodości czynią pilnie wszystko, by tę starość — przybliżyć. Dopiero gdy wzrok i słuch słabnie, gdy włosy pokryje siwizna, twarz zmarszczki, a ręce drżeć zaczynają, dopiero wówczas czyni się wszystko, by zachować resztki sił i zdrowia.

Taki stan rzeczy daje nadmiernie bogate pole do popisu wszelkiego rodzaju spryciarzom, żerującym na ludzkiej głupocie. Głośne reklamy i liczne anonsy urabiają tłumy, a zwłaszcza płeć nadobną, która poświęca nieraz ostatni, ciężko zapracowany grosz na kupno tych bezwartościowych preparatów. Ostatnio został naprzykład zdemaskowany jako bezwartościowy „najnowszy środek" odmładzający, który dzięki szumnej reklamie zyskał wielu zwolenników.

Środek ten pochodził z Ameryki. Jest to produkt pewnej rośliny, którą spożywają zwierzęta, znane z długiego życia, jak słonie i papugi. W umyśle krajowców środek ten stał się synonimem długowieczności; zaczęto go poszukiwać, cenić i przekazywać jego cudowne rzekomo własności z pokolenia na pokolenie. Były wypadki, że ludzie, spożywający tę roślinę, żyli bardzo długo, gdy zaś ktoś, karmiący się nią, umierał wcześnie, tubylcy tłumaczyli to sobie działaniem „złego ducha", nieubłaganego należytą ilością baranów i kłów zwierzęcych... i wierzyli dalej w cudowne właściwości długowiecznością darzącej rośliny.

Jakiś sprytny Amerykanin, włóczący się za tubylcami, usłyszawszy o działaniu „cudownej rośliny", zaczął ją zbierać, reklamować i sprzedawać. Naiwnych nie brak nigdy. Cudowne zioła rozpowszechniały się wszędzie, dotarły naturalnie i do Europy. Sprytny ich wynalazca nie skąpił pieniędzy na reklamę i wkrótce dorobił się majątku. Co się zaś tyczy amatorów zielska, to zdania ich były różne. Niektórzy, odnosząc się doń z wiarą największą, stwierdzali na sobie dobroczynne jego działanie, w sensie odmłodzenia, nabrania siły życiowej, wigoru i poprawy samopoczucia. Osoby te pod wpływem tej wiary czuły się lepiej i wyglądały nawet lepiej; nabrały pewności siebie, sprężystości ruchów, lepiej trawiły i przebywając więcej w ruchu, na powietrzu, poprawiały się nieco. Gdy jednak po pewnym czasie okazało się, że ten

nowy środek jest jedynie niewinnym środkiem przeczyszczającym, a własności odmładzających nie posiada wcale, wracały apatja i starość, mijało sztuczne podniecenie, wiara w siebie i w swoje siły.

Jakiż stąd wniosek? Nie używać żadnych reklamowanych środków na odmładzanie, a raczej wyzyskać te wszystkie środki naturalne, które mogą zachować młodość. Środki te — to umiarkowana praca, zainteresowanie się życiem w szerszem tego słowa znaczeniu, higjena osobista i pielęgnowanie zdrowia. Pozatem kultywować w sobie wiarę w siebie, w swoje siły i radość życia. Z drugiej zaś strony należy unikać czynników, przybliżających starość.

Na czem starzenie się naszego organizmu polega? Polega ono z jednej strony na odwadnianiu, wysychaniu tkanek, z drugiej zaś na gromadzeniu się w komórkach elementów obcych, szkodliwych, jak naprzykład wapnia. Pozatem, jak najnowsze badania wykazały, organizm, starzejąc się, traci ze swoich tkanek bardzo ważne połączenia krzemowe. Brak tego pierwiastka w skórze naprzykład powoduje jej suchość i świąd.

Rola krzemu w organiźmie była dotychczas niedoceniana. Jest on bowiem pierwiastkiem najbardziej w przyrodzie rozpowszechnionym. Rośliny polne, jak skrzyp polny, rdest ptasi i zboże, zawierają go bardzo wiele. Ludzie prości oddawna znają działanie tych roślin i stosują ich odwary w różnych cierpieniach, nie rozumiejąc naturalnie, na czem właściwie ich działanie polega. Obecnie przeszedł krzem do medycyny; otrzymujemy go z wymienionych wyżej ziół i stosuje przy starzeniu się organizmu, arteriosklerozie, raku i wyniszczeniu ogólnem.

Co się tyczy odmładzającego działania przeszczepionych gruczołów o wewnętrznem wydzielaniu — to okazało się ono hypotetyczne. — Starano się wyzyskać ten wynalazek dla hodowli zwierząt pożytecznych w Algierze. Nadzieje pokładane w nim zawiodły jednak hodowców w zupełności. Ten sposób odmładzania jak powiedział ktoś dowcipny, „pomaga jedynie w Paryżu“. Chcąc zapobiec odkładaniu się bezużytecznych złogów w stawach i chrząstkach stawowych u osób starszych, należy przeciwdziałać im gimnastyką, uprawianą do późnej starości. Ponadto — dla oszczędzania serca — nie wolno nadużywać alkoholu ani też nikotyny. — Wreszcie nie jeść zbyt wiele.

Jesteśmy wprawdzie odlegli od smakoszostwa i obżarstwa starożytnych Rzymian, dalekie też są od nas czasy smakoszostwa we Francji z okresu Montaigne'a, gdzie, jak to pewien zgrabny aforyzm twierdził, le diner zabija połowę Paryża, a le souper drugą połowę wpędza do grobu. Lecz przyznać należy, że i dziś jemy zbyt wiele, obciążamy nadmiernem paliwem organizm, nie dajemy mu wytchnienia i zużywamy przedwcześnie.

Grypa a gruźlica.

Epidemja grypy, szalejąca obecnie w całej Europie i Ameryce, wykazuje w rozmaitych krajach rozmaite nasilenie. Najcięższy przebieg i największy procent śmiertelności daje obecna grypa w Anglji, Belgji i Holandji; w Anglji śmiertelność ta dochodzi podobno do 6 procent, według innych relacyj nawet wyżej. Zależy ona, jak wykazuje statystyka, w dużej mierze od wieku pacjenta, rośnie bowiem jej procent z wiekiem chorego. Odmiennie było w poprzednich epidemjach n. p. z r. 1921-go, kiedy to wypadki śmierci zdarzyły się przeważnie u osobników młodych.

Lekarze chorób płucnych konstatują jednak w ostatnich czasach pewne zjawisko, które budzi ogólny niepokój. Oto w wielu wypadkach świeżej gruźlicy i to gruźlicy ciężkiej, chorzy jako początek swej choroby podają zapadnięcie na grypę. Pojęciem grypy szafuje się naogół dość lekko, określa się nią chętnie każde przeziębienie z temperaturą i objawami kataralnemi, trzeba jednak o tem pamiętać, że taka niepozorna, zdawałoby się, sprawa, może w gruncie rzeczy wszakże stać się początkiem, zaktywować niejako istniejącą w zarodku gruźlicę płuc.

Na ten to ostatni fakt zwrócił przedewszystkiem uwagę znany lekarz chorób płuc i kierownik przychodni przeciwgruźliczej w Berlinie, dr. Bruno Getkant, a dalsze obserwacje potwierdziły w zupełności jego zdanie i skłoniły świat lekarski do zastanowienia się nad niem ze względu na konieczność wczesnego leczenia gruźlicy i zapobiegania w ten sposób szerzeniu się tej ciężkiej choroby.

Gruźlica płuc jest bowiem prawdziwą klęską społeczną. Procent ludzi, dotkniętych tem cierpieniem, jest olbrzymi. W Prusiech umiera rocznie około 60.000 osób na gruźlicę. W samej Warszawie umiera rocznie około 2.000 osób z powodu tego samego cierpienia, a zamieszkuje ją około 20.000 gruźlików, z których połowa conajmniej znajduje się w okresie daleko posuniętej choroby, niebezpiecznej dla otoczenia, wymagającej opieki lekarskiej i pomocy od społeczeństwa.

Że choroba ta spowodowana jest przez swoisty zarazek, zwany lasecznikiem, o tem wiemy dopiero od lat 50-ciu na skutek odkrycia zarazka tego przez Kocha. Że jednak choroba ta jest zaraźliwa, wiedziano od dawna i obawiano się jej panicznie.

W XVIII. wieku we Francji i Włoszech gruźlików zamykano, a rzeczy ich palono. Na południu Francji, gdzie najwięcej cierpiących na tę chorobę osób przebywało, żądano od nich przy wyjeździe zapłaty za paloną pościel i obicie pokoju. Gdy Chopin powracał z kuracji z wysp Balearskich do Francji, nie mógł dostać powozu, gdyż obawiano się zarazy, i dopiero, jak opisuje jego towarzyszka podróży, znana powieściopisarka francuska, p. George Sand, trzeba go było na taczkach zawieźć do portu, na statek jadący do Barcelony.

Obecnie chorobę tę znamy dobrze i wiemy, co należy czynić, by jej uniknąć. Nie zapominajmy więc, że jednym z czynników, sprzyjających rozwojowi gruźlicy, jest właśnie grypa.

Początek jej i przebieg nie różni się w niczem od każdej innej grypy. Tak samo mamy u chorego podniesioną temperaturę, katar, kłucie, kaszel i ogólne osłabienie. W pewnych jednak wypadkach objawy te pod wpływem leczenia nie ustępują, tylko nieco słabną, a następnie przeciągają się ponad normę. Nieznaczne zwyżki temperatury, kłucia, poty nocne, kaszel i osłabienie trwają nadmiernie długo, a dopiero schudnięcie, skoki temperatury, a czasami i krwioplucie zwracają na się uwagę chorego i niepokoją otoczenie. Jest to najwyższy czas rozpoczęcia specjalnego leczenia przeciwgruźliczego. W okresie tym jednak nieraz badanie przez lekarza nie wykazuje w płucach żadnych zmian chorobowych i dopiero zdjęcie roentgenologiczne wyjaśnia sprawę.

Wczesne wypadki gruźlicy, wynikłej z grypy, nadają się znakomicie do leczenia w sanatorjach (nie zaś w szpitalach); tu powinny one mieć pierwszeństwo przed posuniętą już naprzód, chroniczną gruźlicą. Te pierwsze bowiem wypadki są właśnie najodpowiedniejsze do leczenia sanatoryjnego i pod wpływem pobytu w sanatorjum i odpowiedniego leczenia fizyko-dietetycznego dają jaknajlepsze wyniki. We wszystkich tedy wypadkach przedłużającej się ponad normę grypy należy pamiętać o jej następstwach i możliwościach i leczyć je, o ile się tylko da, jaknajwcześniej. Instytucje zaś społeczne i kasy chorych, wysyłając takich właśnie chorych do odpowiednich uzdrowisk, ratują niejednokrotnie życie jednostkom, a równocześnie przyczyniają się poważnie do utrzymania zdrowia całego społeczeństwa.

Dieta roślinna.

Wielka „walka dietetyczna“, jaka rozgorzała w ubiegłem stuleciu dookoła tego zagadnienia, fanatycznie bronionego przez jaroszów — straciła w dobie współczesnej, dzięki badaniom naukowym, na ostrości; znaleziono bowiem drogę pośrednią, uzgadniającą dwa obozy krańcowo myślące.

Wojna ubiegła, ten niezwykle wielki eksperyment odżywiania, związany z obliczeniami minimum białka, potrzebnego dla pracującego, względnie walczącego organizmu, stworzyła szereg nowych poglądów na sprawę odżywiania i dietetyki, obowiązujących odtąd w nauce i w życiu. Należy zaznaczyć, że ścisły wegetarjanizm klasyczny, zezwalający na spożywanie tylko roślinnego pożywienia, już nie egzystuje — wprowadzono bowiem w życie jego postać łagodną, dopuszczającą jaja, mleko i produkty mleka, jak masło, ser i t. d.

Ortodoksyjny wegetarjanizm, czyli odżywianie się roślinne, uprawiane bez uzasadnień ściśle naukowych, jak stwierdzono obecnie, odznaczał się ubóstwem białka i tłuszczów, natomiast dawał bogactwo objętościowe potraw i wielkie ilości celulozy w pożywieniu. Czysto wegetarjańskie zatem pożywienie dla pracującego fizycznie się nie nadawało, gdyż podstawowy wegetarjanizm, pomimo objętości pożywienia, był bardzo skąpy w jednostki kaloryczne, a stąd, przy wielkiem obciążeniu przewodu pokarmowego, dawał małe równocześnie korzyści dla odżywianego osobnika. Stwierdzono bowiem, że pożywienie mieszane (a więc z mięsem) wystarcza wprowadzać do organizmu nawet 2 do 3 razy dziennie, w przeciwstawieniu do pożywienia wegetarjańskiego, przy którem dla wywołania uczucia sytości to nie wystarcza.

Znaczną odmianę od typów powyższych stanowi t. zw. dieta mleczno-jarzynowa, pod rozmaitemi postaciami stosowana, ale głównie odznaczająca się skreśleniem z jadłospisu mięsa. Nie znaczy to, że przy diecie tej nie wprowadzamy do organizmu białka, gdyż, jak wiadomo, jarzyny białko zawierają, chociaż w ilości minimalnej. Białko roślinne jest lekkostrawne i może być, jako takie, stosowane w przypadkach schorzeń przewodu pokarmowego lub w cierpieniach przemiany materji. Przy pew-

nych postaciach obstrukcji, w których jednakże błona śluzowa przewodu pokarmowego jest nienaruszona — stosowanie pożywienia mleczno-jarzynowego daje niesłychanie szybki efekt leczniczy, bowiem obfitość celulozy, zawartej w jarzynach, działa skutecznie jako bodziec, poruszający leniwe jelita.

Tak samo wszystkie szkodliwości, powstałe w organiźmie ludzkim jako wyraz przekarmienia pożywieniem białkowem, a więc dna, bóle mięśniowe, nerwowe stany depresji, są leczone wyżej podaną dietą jarzynowo-mleczną z dodatkiem dużej ilości owoców.

Uboga kalorycznie roślinna djeta nadaje się także do leczenia otyłości, naturalnie pod okiem lekarza z zastosowaniem rozmaitych indywidualnych modyfikacyj w diecie. Do tego samego sposobu leczenia nadają się niektóre postacie chorób serca i naczyń krwionośnych, nawet przy zwapnieniu naczyń, dalej — cukrzyca. — Stwierdzono bowiem podczas wielkiego, przymusowego eksperymentu wojny światowej, że niepodawanie cukrzycowo chorym białka zwierzęcego (mięsa) korzystnie wpływało na przebieg leczenia.

Niemniej ważnym sposobem leczniczym było wprowadzenie do dietetyki odżywiania surowemi jarzynami i owocami zainaugurowane w medycynie przez znakomitego lekarza szwajcarskiego Bircher-Bennera. Jest to odmiana poglądu wegetarjańskiego, a główną jej zaletą jest to, że jest ona niedrażniąca i wolna w dużej dozie od soli — natomiast wprowadza do organizmu zupełnie świeże i nieuszkodzone witaminy. Z pracy znanego higjenisty Friedbergera wynika, że surowe jarzyny i owoce powodują dłuższe żucie, co skolei pobudza fermenty do lepszego trawienia. Tenże sam higjenista stwierdził, że naprzykład surowy groch, jako pożywienie, ma trzy razy większą wartość, niż groch gotowany. Stwierdzone zostało dalej, że surowa jarzyna szybciej opuszcza żołądek, niż gotowana.

Są jednakże w medycynie poważne zastrzeżenia co do użyteczności diety surowiznowej, jako diety ludowej. Przedewszystkiem dlatego, że dla utrzymania poziomu kalorycznego należałoby wprowadzać bardzo duże ilości pożywienia, powtóre, że długość jelit ludzkich jest znacznie krótsza, niż zwierząt roślinożernych, a wskutek tego powstawać mogą objawy niewydolności trawiennej, manifestującej się jako kolka kiszkowa. Stąd koncepcja dietetyki raczej mieszanej, jako najodpowiedniejszej dla szerokich warstw ludności.

Indywidualizacja tylko w stanach chorobowych, a schematyzacja przy układaniu stałego jadłospisu ludowego. Jako motyw negatywny dla diety surowiznowej podawana jest przez higjenistów okoliczność, że jarzyny przeważnie rosną na glebie, użyźnianej obornikiem, a przy spożywaniu surowej jarzyny, niebardzo skrupulatnie mytej, mogą powstawać epidemje tyfusu i inne. Z punktu widzenia odżywiania masowego może należałoby się

zastanowić nad jakąś gospodarczą organizacją produkcji jarzynowej dla ludowego użytku przez zaprowadzenie racjonalnej kultury jarzyn. W Szwajcarji i w Niemczech propagowanie surowych jarzyn jako artykułu dietetycznego urosło do poważnego zagadnienia społecznego, któremu władze państwowe poświęcają dużo uwagi w programie gospodarki ludowej.

Na zakończenie należałoby jednak uczynić niezmiernie ważną uwagę — że konserwy jarzynowe i owocowe nie mogą być traktowane równorzędnie ze świeżemi produktami, że w konserwach specjalnie preparowanych sposobami fabrycznemi — ginie niejeden czynnik leczniczy lub dietetyczny, że częstokroć, poza smakiem, nie zawierają one nic z pierwotnej swojej substancji, a przez dłuższe leżenie i magazynowanie preparaty mogą nawet być szkodliwe dla organizmu.

Reumatyzm.

Reumatyzm czyli t. zw. gościec charakteryzuje się ciągnącemi, rwącemi, kłującemi bólami, które występować mogą w najrozmaitszych częściach ciała, przeważnie w mięśniach i to niezależnie od ruchów, ale także w stawach, kościach, a nawet w pniach nerwowych. Dolegliwości te, o ile wogóle nie są wypływem jakiejś innej choroby, muszą — przynajmniej w większości mieć za przyczynę przeziębienie.

Wprawdzie i to pojęcie przeziębienia, ogólnego lub częściowego ochłodzenia organizmu, jest dość zwalczane, ale doświadczenie jednak powiada, że jest ono ważną, zewnętrzną szkodliwością dla ciała i jako takie stać się może — przy pewnej wrodzonej skłonności — przyczyną najrozmaitszych cierpień. Są bowiem ludzie, którzy bezkarnie narażać się mogą na wszelakie przeziębienia, podczas kiedy inni przy najmniejszym przeciągu już chorują. I otóż od tych właśnie wyżej wspomnianych właściwości wrodzonych, zależy, czy z takiego przeziębienia wyłania się później katar tylko, czy też zapalenie dróg oddechowych, czy wreszcie dolegliwości reumatyczne.

Gościec mięśniowy atakuje raz wiele grup mięśniowych, to znowuż w innych wypadkach ogranicza się do pojedynczych mięśni i to najczęściej znowu w postaci t. zw. postrzału, bólu występującego w dolnych częściach muskulatury grzbietowej lub lędźwiowej. Ból ten może być niekiedy tak silny, że w ciężkich wypadkach uniemożliwia wprost swobodne poruszanie się chorego. Gościec muskulatury szyi, często jednostronny, prowadzi do skrzywienia szyi, reumatyzm mięśni barków upośledza ruchomość ramienia, a zlokalizowany w mięśniach międzyżebrowych sprawia ból przy każdym oddechu.

W wszystkich wypadkach prawdziwego reumatyzmu mięśniowego wchodzą w grę procesy zapalne w schorzałych tkankach; gorączki coprawda często niema, ale wszystkie inne objawy zapalenia, a więc obrzęk i bolesność, zawsze dają się stwierdzić. Masażyści i lekarze, którzy temu cierpieniu specjalnie się poświęcają, twierdzą, że we wszystkich wypadkach prawdziwego reumatyzmu wyczuć się dają w dotkniętych mięśniach drobne guzki, zgrubienia i stwardnienia. Istnieją wprawdzie także bóle

mięśniowe, które nie są wynikiem szkodliwego zadziałania zimna, tylko następstwem urazów mechanicznych, takich, jak ucisk, uderzenie, nagłe, gwałtowne ruchy, wyczerpująca praca fizyczna; nie mają one jednak nic wspólnego z prawdziwym reumatyzmem, aczkolwiek często jako taki są traktowane.

Dalsza grupa dolegliwości reumatycznych spowodowana jest schorzeniem pojedynczych lub też rozmaitych, do pewnej grupy należących pni nerwowych. I tutaj przyczyną, o ile tylko inne możliwości dadzą się wykluczyć, bywa najczęściej przeziębienie. Mówi się też często o reumatyźmie nerwowym i rozumie się przez to cierpienia pojedynczych grup nerwowych, a więc neuralgje głowy i twarzy, bóle, wychodzące z nerwów międzyżebrowych i tak bardzo częstą rwę kulszową (ischias). Bliska przynależność mięśni i nerwów sprawia, że często wręcz niemożliwością jest ustalić, czy ma się do czynienia z reumatyzmem mięśni czy nerwów. Wreszcie szereg dolegliwości, których przyczyny narazie przynajmniej ustalić nie umiemy, zalicza się niesłusznie do reumatycznych. Tutaj należą przedewszystkiem przewlekłe schorzenia na tle złej przemiany materji, a także i następstwa zatrucia alkoholem, nikotyną i ołowiem.

Olbrzymie szkody gospodarcze i socjalne, które wynikają szczególnie z następstw reumatyzmu stawowego, sprawcy niezdolności do pracy wielu swoich ofiar, doprowadziły do założenia międzynarodowego komitetu dla badania i zwalczania reumatyzmu. Klinicyści wszystkich zainteresowanych krajów, przedstawiciele instytucyj ubezpieczeń społecznych i socjologowie pracują wspólnie nad rozwiązaniem problematu reumatyzmu. Wszystkie wysiłki zmierzają obecnie na podstawie możliwie największej liczby chorych, a więc statystyki, jaką umożliwia tylko międzynarodowa współpraca do ustalenia warunków, wśród jakich przychodzi do wybuchu reumatyzmu.

Najważniejsze szkodliwości infekcyjne są bowiem naogół znane; znany jest również wpływ konstytucji, wrodzonych właściwości organizmu i zmiany na skutek wpływów zewnętrznych. Podobnie, jak we wszystkich innych działach medycyny, tak i tu przegląd uzyskanych dotąd wiadomości z zakresu nauki o konstytucji człowieka przyczyni się niewątpliwie do wyjaśnienia kwestji swoistej wrażliwości danego indywiduum na schorzenia reumatyczne. Z dawien dawna znane są wpływy świata zewnętrznego, wiatru, pogody i klimatu; trzeba jednak systematycznego przestudjowania ich wpływu na predysponowanego człowieka. Wszystko to są pojedyncze problematy, któremi zajmuje się dzisiejsza nauka o reumatyzmie.

Z tej dopiero narastającej wiedzy o przyczynach cierpienia rozwijają się skolei możliwości zapobiegania i leczenia reumatycznych szkodliwości. Ostrożność nakazuje trzymać reumatyka zdala od zajęć, które z reguły związane są z narażaniem się na zimno. Zakłady ubezpieczeń i kasy chorych mają obowiązek umieszczania tych chorych w specjalnych sanatorjach i zakładach, które uciekają się przedewszystkiem do stosowania ciepła

we wszelkich postaciach, kąpieli mułowych i termalnych, a dalej umiejętnego masażu i elektrofizykalnych zabiegów.

Reumatyczne dolegliwości są nieskończenie wieloznaczne. Poza lekko niekiedy traktowanemi bólami reumatycznemi kryją się wcale nierzadko zupełnie inne choroby. Skurcze naczyniowe w przebiegu rozpoczynającej się arterjosklerozy uchodzą nieraz za reumatyzm mięśniowy muskulatury międzyżebrowej. Kamica żółciowa spowodować może n. p. bóle promieniujące w stronę grzbietu i stawu barkowego. Schorzenia podbrzusza najrozmaitszego rodzaju, łagodne i złośliwe, mogą być zamieniane z ischiasem i reumatyzmem mięśniowym. Dlatego też pierwszym postulatem przy rozpoznawaniu przez lekarza reumatyzmu musi być przedewszystkiem wykluczenie wszystkich innych możliwości.

Walka z rakiem.

Lecznictwo powojenne wstąpiło w nową fazę. Rządy państw nowoczesnych traktują zdrowie ludności, jak skarb społeczny, i czynią najrozmaitsze wysiłki zachowawcze dla obrony tej nowej wartości, która bądź co bądź dawniej naogół nie była w pełni uznawana, a przynajmniej znajdowała przeważnie główną swoją obronę w rękach inicjatywy tylko prywatnej. Pamiętne są bardzo liczne fundacje szpitali, schronisk, pracowni naukowych itd., które dopiero dziś przechodzą na budżety municypalne i państwowe. Lecznictwo dawniejsze, to z zasady prywatne, traktowało pacjenta pojedyńczo — i jeśli miało swoje niewątpliwie dobre strony — nie mogło dawać nauce tego, co dzisiejsze, mianowicie dobrej statystyki, gdyż nie obejmowało w jednym zarządzie większego skupienia pacjentów. Dzisiejsza statystyka chorób jest wręcz rewelacyjna w całym szeregu dziedzin, skąd płyną praktyczne wnioski i instrukcje, w jakim kierunku winna być zwrócona akcja, czy to przeciwgruźlicza, czy przeciwjaglicza, czy przeciwkiłowa itd.

Statystyka Kas chorych obejmuje ogółem (wraz z G. Śląskiem) 5 miljonów ubezpieczonych i w tej właśnie liczbie ubezpieczonych w ciągu ostatnich lat udało się stwierdzić zatrważającą liczbę chorych na raka. Niewątpliwie rak, jako bardzo złośliwy nowotwór, grasował i dawniej, ale nie był rozpoznawany i jeżeli można dziś coś pocieszającego w tej sprawie powiedzieć, to to, że djagnostyka uczyniła tak wielkie postępy, iż przy wczesnem rozpoznaniu wiele daje się uzyskać, czy to drogą operacyjną, czy to drogą leczenia konserwatywnego przez zastosowanie odpowiednich metod fizykalnych. Medycyna współczesna kładzie główny nacisk na wczesne rozpoznanie i od tego uzależnia rokowania na przyszłość.

Bardzo interesujące były wyniki odbytego kilka lat temu w Wiedniu kongresu roentgenologicznego. W dyskusji, w której zabierali głos bardzo poważni lekarze, ustalono, że leczenie złośliwego nowotworu nie jest do pomyślenia bez zastosowania promieni Roentgena i radu. Potwierdzone to zostało przez wyniki „Radiumhemmet“ w Sztokholmie, przez instytut radiowy paryski, klinikę ginekologiczną monachijską, jakoteż przez komisję przeciwrakową Ligi Narodów. Ustalono bowiem, że przy wczesnem rozpoznawaniu na niektórych częściach ciała stosowanie

promieni jest równoważne z operacją i że w niektórych wypadkach, gdzie właśnie nóż operacyjny nie miałby widoków na skutek, lub gdzie po operacji przychodzi do nawrotu, promienie mogą właśnie doprowadzić do wyleczenia.

Instytut „Radiumhemmet“ w Sztokholmie wskazuje na niezwykle pomyślne wyniki przy leczeniu nowotworów twarzy i migdałków. Doederlein (Monachjum) wykazuje statystycznie, że przekładać należy promienie nad operację. Tak samo Winz (Erlangen) stosuje zasadniczo promienie Roentgena, a rad jako czynnik jedynie pomocniczy, zaś w początkowych okresach raka piersi wyłącznie tylko promienie Roentgena. Lacassagne (Paryż) i Mikulicz (Berlin) proponują koncentryczny atak na raka: rad przygotowawczo, w drugim akcie doszczętną operację — a następnie promienie Roentgena dla całkowitego zniszczenia nowotworu.

Ustalono na tymże kongresie wiedeńskim, że djagnostyka roentgenowska poczyniła niezwykle wielkie postępy w rozmaitych gałęziach wiedzy lekarskiej, bowiem przez zastosowanie t. zw. środków kontrastowych zostało umożliwione rozpoznawanie chorób wyrostka robaczkowego, pęcherzyka żółciowego, płuc, nerek i t. d. Z powyższego krótkiego rzutu widać, że medycyna nie ustaje w pracy, że czyni coraz to większe wysiłki — i to skuteczne — w dziedzinie lecznictwa nowotworów, coraz energiczniejsze szczególnie od czasu ustalenia niebezpieczeństwa grożącego ludzkości, zwłaszcza z chwilą udoskonalenia aparatury djagnostyczno-leczniczej, w czem niemałą zasługę mają również i fizycy.

Niniejszy artykuł sprawozdawczy nie byłby kompletny, gdybyśmy nie wspomnieli na tem miejscu o dwu nowszych metodach leczenia nowotworów złośliwych. Pierwsza dotyczy dra A. Theilhabera z Monachjum. Polega ona na tem, że autor stosował implantację świeżych organów zwierzęcych (śledziony, grasicy, trzustki, wątroby i t. d.) powłok brzusznych chorego, co powodowało przez 3—6 dni gorączkę dochodzącą do 39 stopni C. Jak podaje autor, organa te zostają przez organizm ludzki zresorbowane i wywołują poprawę u rakowatych na przeciąg roku i więcej. Pomocniczo stosuje Theilhaber małe dawki Roentgena, diatermję i upusty krwi. Naturalnie zastosowanie znajduje ta metoda przeważnie w wypadkach beznadziejnych, jednakże w średnio-ciężkich jest metodą pomocniczą, rokującą w każdym razie przedłużenie życia.

Autorem drugiej metody jest Warszawianin, dr. D. Thursz, który po kilkuletnich studjach w kraju i zagranicą — stosuje przy leczeniu raka wlewanie dożylne alkoholu, rozcieńczonego fizjologicznym roztworem soli kuchennej. Metoda dra Thursza, według jego dotychczasowej relacji, daje zupełnie zadawalające wyniki — lecz jako będąca jeszcze w toku opracowywania nie jest na razie powszechnie przyjęta.

Jak powstaje cukrzyca?

Wydalanie cukru przez djabetyka ma swoje główne źródło w krwi. Ma to oznaczać tyle, że djabetyk (chory na cukrzycę) ma więcej cukru we krwi, niż człowiek zdrowy, i że ten nadmiar stale z moczem wydala. Jeśli go, co się czasem u djabetyków zdarza, na zewnątrz nie wydala, to nie znaczy to, iżby pacjent był zdrów, oznaką choroby jest właśnie nadmierna zawartość cukru we krwi.

U ludzi zdrowych już sam organizm drogą przemiany materji stara się o to, by krew nie była przeładowana cukrem, bo skoro tylko ewentualność taka zagraża, już przychodzi do przemiany wprowadzonego z pożywieniem cukru i zamagazynowania go w odpowiednich zbiornikach, a więc n. p. w postaci glykogemu w wątrobie lub w mięśniach, lub w postaci tłuszczu w wnętrznościach czy też pod skórą. Stąd-to nadmierne używanie łakoci i słodyczy prowadzi, jak wiadomo, do tycia. Czy taka nadwyżka cukru zagraża, czy nie, to zależy od stosunku podaży i popytu, czyli od tego, ile dany osobnik pokarmów mącznych i słodkich spożywa i ile powstającego z tych pokarmów cukru gronowego komórki organizmu w danym momencie spotrzebowują. Jeśli go potrzebują mniej, aniżeli go w danej chwili spożyto, w takim razie tylko jedno zapobiec może przeładowaniu krwi cukrem, a mianowicie: wspomniane już wyżej zamagazynowanie go w zbiornikach.

Tych kilka uwag wstępnych wystarcza, by zrozumieć w pierwszym rzędzie dwa fakty. Po pierwsze, że człowiek zdrowy, choćby jadł nie wiedzieć ile słodyczy, nigdy, dzięki tym właśnie wyżej wspomnianym urządzeniom regulacyjnym, zawartości cukru we krwi na stałe wzmóc nie może, a po drugie, że człowiek chory na cukrzycę, którego organizm już tak dobrze procesami temi regulacyjnemi nie włada, skazany jest na djetę, ubogą w pokarmy słodkie i mączne.

Jeśli tedy wracamy do zapytania w tytule, jak powstaje cukrzyca?, to znaczy to, że chcielibyśmy dowiedzieć się, co wpływa na organizm w ten sposób, że regulacja cukru we krwi staje się w nim tak niedoskonała? Odpowiedzią, jaką na to pytanie daje medycyna w ostatnich latach, jest: brak hormonu trzustkowego.

Wszystkie procesy przemiany materji w organiźmie potrzebują mianowicie, jeśli mają odbywać się prawidłowo, stałego

bodźca ze strony tak zwanych „hormonów", wydzielanych przez gruczoły o wewnętrznem wydzielaniu. Tak też i odpływ cukru ze krwi, czy to dla spalenia czy też dla zdeponowania go w zbiornikach, wymaga obecności hormonu trzustkowego, znanego pod nazwą „insuliny". Czyli innemi słowy: brak insuliny powoduje wybuch cukrzycy.

Dlatego to doprowadzenie w celach leczniczych insuliny do organizmu powoduje obniżenie się zawartości cukru we krwi, nie jest jednak jednoznaczne z wyleczeniem. Pytanie jednak, które nas interesuje głównie, brzmi: Jak się to dzieje, że insulina obniża tę zawartość cukru? Czy przez wymuszenie na wątrobie zamagazynowania nadwyżki cukru w postaci glykogenu, czy przez skłonienie komórek organizmu do zużycia i spalenia tej nadwyżki?

Na pytanie to dają odpowiedź częściową badania prof. Loewi'ego. Wyszedł on z następujących rozważań: Zużycie cukru, a więc rozkład i przebudowa cukru w komórkach organizmu, jest procesem chemicznym; nie może on się jednak dokonać wpierw, dopóki nie poprzedzi go pewien fenomen fizyczny, mianowicie związanie, adsorpcja drobiny cukru gronowego przez komórkę. I to przedewszystkiem przez komórki krwi. Przez długi czas myślano, że to związanie zależy tylko od procesu chemicznego czyli, że jeśli tylko komórka zechce zająć się przeróbką cukru, to to już warunkuje konieczne przedtem związanie cukru. Przeczą temu badania prof. Goewi'ego, który twierdzi, że właśnie adsorpcja jest rzeczą najważniejszą i że brak insuliny prowadzi dlatego do wzrostu zawartości cukru we krwi, bo nie przychodzi wtedy do związania cukru i przemiany tegoż na kwas mleczny i t. d.

Prof. Loewi wykrył jak wiadomo, antagonistę insuliny, hormon, który przeszkadza adsorbowaniu cukru przez komórki krwi i powoduje chorobliwą nadwyżkę cukru we krwi. Hormon ten nazwał Loewi „glykaeminą". Teoretycznie jest tedy rzeczą obojętną, czy mamy do czynienia z brakiem insuliny, czy z nadwyżką glykaeminy, najlepiej zatem w takich wypadkach mówić o zaburzeniu równowagi insuliny i glykaeminy w krwi djabetyka, bo w zdrowem ciele przychodzi stale do powstawania insuliny i glykaeminy. Zadaniem glykaeminy jest hamowanie wiązania cukru przez komórki krwi i zapewne wątroby: zadaniem insuliny jest ułatwianie tego wiązania, a przez to zużywania cukru. Harmonijne zgranie obu tych hormonów warunkuje normalną regulację wartości cukru we krwi.

Insulina powstaje w trzustce, glykaemina — według badań Loewi'ego — w wątrobie. Jeśli się tedy zdarzy, że trzustka wydzieli nadmierną ilość insuliny, to już wątroba przez wzmożoną produkcję glykaeminy musi się postarać o to, by nie dopuścić do nadmiernego zużycia i zubożenia krwi w cukier, bo i to jest szkodliwe dla organizmu. W razie nadmiernego spożycia pokarmów mącznych i słodkich organizm woła o insulinę; jeśli natomiast w pożywieniu za mało dowieziemy węglowodanów, w takim razie na plan pierwszy występuje glykaemina, która narusza

zbiorniki cukru w organiźmie i w ten sposób utrzymuje konieczną równowagę cukru we krwi.

Oczywiście, że i te badania nie dają jeszcze definitywnej odpowiedzi na pytanie, zawarte w tytule, bo i tu trzebaby zapytać: co w takim razie powoduje zaburzenia w funkcjonowaniu trzustki czy wątroby? Jakie bodźce sprawiają, że organa te wogóle funkcję swoją normalną spełniają? I tutaj udało się prof. Loewi'emu zaobserwować kilka ciekawych faktów, ale nie wystarczają one do wyjaśnienia bez reszty, wspomnianych wyżej zagadnień. Problematyka powstania cukrzycy ludzkiej nie dojrzała jeszcze do ostatecznego rozwiązania.

Walka z tuszą.

Nie było chyba dotąd epoki w życiu ludzkości, w której-by tak zawzięcie walczono z tuszą, jak dzisiaj. Wszyscy pragną być chudzi. Ale kiedy jest się nadmiernie tłustym? Wtedy — powiadają — kiedy się przekracza normalną wagę. Zgoda, ale co nazywa się normalną wagą? I tutaj dopiero stajemy przed pytaniem, na które niełatwo o odpowiedź.

Wprawdzie uczeni twierdzą, że normalnem jest, jeśli podściółka tłuszczowa nie wynosi więcej ani też mniej, jak jedną piątą ogólnej wagi ciała czyli, że się naogół tyle powinno ważyć kilogramów, ile się ma centimetrów ponad metr wzrostu.

Ale zapomnieli dodać, czy ta norma jest równie obowiązująca dla Paryża, jak przypuśćmy dla Konstantynopola lub Amsterdamu. Bo przecież we wszystkich krajach i strefach co innego uchodzi za anomalję. Królowa z Małej Azji, o której Herodot opowiada, że tuczono ją kasztanami, aby jej nadać majestatyczny widok, spoglądałaby zapewne z pogardą na taką chudeuszkę, jak Andromeda z obrazu Rubensa, która znowuż w naszych oczach nie grzeszy zbytnią smukłością.

Próbowano tedy ustalić trzy stopnie otyłości: pierwszy taki, w którym można jeszcze mówić o estetycznym wyglądzie — typ Rubensowski n. p. jest tłusty, ale mimo to zdecydowanie piękny; — drugie stadjum, w którem grubość wywołuje wrażenie komiczne, i trzecie, w którem zapomina się o śmiechu (i to tak obserwator, jak i oglądany) i w którem nie mówi się już obłudnie o grubości, a tylko nazywa się rzecz po imieniu: otyłość.

Wszystkie te stany mają jako przyczynę zaburzenie bilansu, nieład w książce gospodarczej organizmu, z tą szczególną właściwością, że w tem książkowaniu nadmiar dochodów, a więc przekarmienie, albo skąpstwo w wydatkach, a więc lenistwo i brak ruchu, prowadzą do bankructwa. Albowiem człowiek nietylko leniwieje, kiedy jest tłusty, ale także tuczy się, kiedy jest leniwy. Natura stworzyła bardzo precyzyjne urządzenia zabezpieczające w postaci takich uczuć ogólnych, regulujących zużycie energji i pobieranie pokarmów, jak znużenie, apetyt, popęd do zajęcia się czemkolwiek. Jak sprawnie funkcjonują te urządzenia, o tem poucza doświadczenie; ruchliwe, rosnące z dnia na

dzień dzieci, a także rekonwalescenci zdradzają n. p. potężny apetyt, podczas gdy obłożnie chorzy, niewykonujący żadnego wysiłku fizycznego, nie czują zazwyczaj żadnego głodu.

Do tego mechanizmu regulacyjnego, kontrolującego obrót, dołącza się jeszcze i drugi: system gruczołów o wydzielaniu wewnętrznem, przedewszystkiem gruczołu tarczykowego. Jeśli tu coś nie jest w porządku, to przemiana materji odrazu spada i przychodzi do otyłości endogenicznej, otyłości z przyczyn wewnętrznych.

Z jakichkolwiek przyczyn ona powstaje, wewnętrznych czy zewnętrznych, nie musi to być otyłość równomiernie na całem ciele występująca. Jeszcze najczęściej występuje w tej formie wskutek przekarmienia potrawami mącznemi i słodyczami, podczas gdy nadmierne odżywianie się pokarmami tłustemi prowadzi najczęściej do otłuszczenia brzucha i lędźwi. Naogół jednak można powiedzieć, że rozdział tłuszczu bywa nierównomierny. Mężczyźni n. p. zdradzają skłonność do magazynowania tłuszczu w górnej części ciała, najczęściej na karku; alkoholicy odznaczają się tłustą twarzą, obwisłym brzuchem, podczas gdy nogi mają chude i tyczkowate. Kobiety natomiast, a zwłaszcza niektóre n. p. dzisiejsze Greczynki, są zeszpecone niesłychanie grubemi, słoniowatemi nogami.

Ogólna czy częściowa, otyłość zwalczana być może tylko częściowo: otyłość endogeniczna preparatami tarczycznemi względnie wyciągami z innych gruczołów dokrewnych; otyłość z przejedzenia głodem — dniami mlecznemi, owocowemi lub jarzynowemi.

PAUL REBOUX.

Lekarze.

Obcując z lekarzami człowiek musi pamiętać o tem, że ci wysocy kapłani lecznictwa oglądają codziennie dziesięciu do dwudziestu chorych.

Każdy pacjent wmawia w siebie, że jego wypadek budzi w lekarzu szczególne zaciekawienie, opowiada przeto i sypie szczegółami jak z rogu obfitości.

Lekarz przysłuchuje się oczywiście przez kilka chwil — z przyzwoitości. Jeśli pan jednak zbacza zbytnio, myśli jego rychło bujają w oddali. Snuje myśli o małej przyjaciółce, albo rozważa jak podejść władze skarbowe.

Jeśli rozwinie pan męcząco-wyczerpujący opis choroby, może pan spodziewać się, że zrozumie coś całkiem innego i że panu zapisze może lekarstwo, które nie odpowiada pańskiej chorobie.

Lekarz wie bardzo dobrze, że środki lecznicze nie uleczą pana. Ale lekarz wie również, że będzie go pan uważał za lekarza niezdolnego jeśli nie zapisze panu niczego. Większość środków leczniczych sprzedawanych dziś i zalecanych przez lekarzy pomaga niewiele. Na szczęście nie szkodzą te środki nikomu. W każdymbądź razie lekarz pański nie powinien panu zapisać płókanki, skoro cierpi pan na kurcze żołądka, ani środka do nacierania nóg, kiedy ma pan katar. Chyba, że uczyniłby to z imponującym autorytetem. W tym wypadku mogłoby się zdarzyć, że uzdrowiłby pana swoimi środkami.

Jeśli poskromił pan swoją gorliwość i jeśli się pan ograniczył w udzieleniu informacyj, lekarz zapisuje przeważnie coś zwyczajnego w takich razach, ażeby chorobę doprowadzić do kresu. Czegoś lepszego nie może pan żądać od tego biednego człowieka, którego zmusił pan, żeby się wyspinał po pańskich schodkach i żeby wszedł do pańskiego ciepławego, źle przewietrzonego pokoju.

Jeszcze jedna rada: niech się pan nie stara dać sobie wyjaśniać przyczyny pańskiej choroby, albo motywów terapji. Wtrąciłby pan w ten sposób lekarza w przykre położenie przymusowe, żeby albo przyznał się do granic swojej wiedzy, albo też wymyślił sobie cokolwiek. Niech pan — w własnym interesie — stara się zachować jego aureolę.

Lekarz, który odwiedził pana, prześle panu po jakimś czasie rachunek. Niech pan zapłaci natychmiast czekiem i niech pan na czeku załączy słowo podzięki.

Jeśli wybiera się pan do obcego lekarza, żeby zasięgnąć u niego porady, weź pan z sobą kilka nowych banknotów i kopertę. Niech pan przedtem, przed zasięgnięciem porady, zapyta o wysokość honorarjum. Proszę też na biurku położyć kopertę z pieniędzmi tak, żeby zauważyć ją.

Kobiety uważają za rzecz godziwą, zachowywać się wstydliwie i płochliwie. Człowiek wiedzy, do którego udają się, w każdej pacjentce widzi tylko chorą. Jeśli mężczyzna straszy panią, niech pani uda się do lekarki. Ale proszę sobie nie wmawiać, że mizdrzeniem się i strojeniem minek dowiedzie pani cnoty swojej.

O wiele częściej niż się przypuszcza, odnoszą się lekarze do pacjentów z wewnętrzną obojętnością, tak jak naprzykład modele obojętni bywają malarzom. Dla lekarza — choćby był jeszcze tak przystojnym mężczyzną — klientka jest tylko „przypadkiem“, rachunkiem i dochodem. Niech się nie łudzi co do tego.

Jeśli lekarz zaprosił na obiad, może pan(i) mówić o chorobach, tylko nie o swojej oczywiście. On jest gospodarzem. Zależy mu na tem, żeby się panu(i) podobał i żeby rozmawiał o rzeczach zajmujących pana(ią).

Z lekarzem, który jest gościem u państwa, nie mówcie nigdy o medycynie. Pan(i) jest wtedy gospodarzem. Zależy panu(i) na tem, żeby podobać się gościom, proszę myśli odwrócić od pracy i od trosk codziennych...

Pot i jego zwalczanie.

Różne wytwory przemiany materji, bezużyteczne, względnie szkodliwe dla organizmu, wydalane są przez przewód pokarmowy, nerki, płuca, względnie skórę.

Z potem opuszcza organizm szereg substancyj takich, jak mocznik, kwas moczowy, amonjak, kwas mlekowy, duża ilość chlorku sodu i inne składniki, a wśród nich nieznane nam dzisiaj jeszcze substancje, które sprawiają, że pot ma własności trujące. Eksperymenty wykazały, że 25 cm. sześciennych potu zdrowego człowieka zabija królika. Do zabicia człowieka wystarczyłaby ta ilość potu, jaką średnio wydziela on w ciągu doby. Dowiodły tego opisane w literaturze lekarskiej nieszczęśliwe wypadki. W pewnem francuskiem miasteczku zmarł skutkiem zatrucia potem mały chłopiec, który grał na przedstawieniu rolę anioła. Przyczyną jego śmierci było pomalowanie większej części jego ciała złotą farbą, która uniemożliwiła parowanie potu. Śmierć nastąpiła w kilka godzin.

Ponieważ z potem wydalają się między innemi silnie trujące, a nieznane nam dzisiaj bliżej substancje, powinniśmy przeto dbać o dobrą wentylację skóry, a to przez noszenie zwłaszcza w lecie przewiewnego, nieobcisłego ubrania z materjałów dobrze przepuszczających powietrze, obuwia z cienkiej i miękkiej skóry najlepiej plecionego. Pozatem pot odgrywa poważną rolę przy regulacji ciepłoty ciała.

Potu nie powinniśmy w zasadzie zwalczać, chyba że przekracza normalne granice, przez co zaczyna być dla nas dokuczliwym, a nawet wywołuje dolegliwości skórne w postaci pękania naskórka, zjawiania się na skórze drobnych guzków. zwanych potówkami. — Wydzielnicza czynność skóry pozostaje w pewnym antagoniźmie z czynnością nerek. Naprzykład gdy w lecie, lub w czasie pracy, względnie w chorobach nerek ilość wydzielanego potu zwiększa się, równocześnie zmniejsza się wydzielanie moczu.

Przy nadmiernem poceniu się zwłaszcza wówczas jeśli połączonem jest ono z osłabieniem, bezsennością lub nawet chudnięciem, należy udać się do lekarza, gdyż wówczas zachodzi obawa, że powodem pocenia się jest jakieś ogólne schorzenie organizmu, naprzykład choroba nerek. początkowe stadja gruźlicy i t. d. Le-

czenie ewentualnej choroby zmniejszy zarazem nadmierne pocenie. Nie zawsze jednak wykryć można taką wewnętrzną przyczynę nadmiernych potów. W takim wypadku, poza używaniem przewiewnego ubrania i obuwia, cierpiący może zapobiegać częściowo poceniu się przez unikanie zbyt silnego słońca, częste wietrzenie mieszkania, tak, by temperatura nie przekraczała 16 stopni C., spanie o ile możności przy otwartem oknie. Jeśli to nie pomaga, trzeba się uciec do środków wewnętrznych, których podawanie zarządzić może tylko lekarz. Ze środków tych lekarze stosują między innemi atropinę, agarycynę, nalewkę z liści szałwji i t. d.

Bardzo często pocenie występuje jako objaw miejscowy na rękach, nogach, pod pachami. Ręce i nogi moczy się wówczas najczęściej w rozczynie formaliny (łyżka na miednicę wody), lub naciera spirytusem z szałwją, spirytusem z taniną. Po wymoczeniu dobrze jest przypudrować taniną, ałunem. W niektórych przypadkach, niezbyt uporczywych, wystarcza codzienne kilkuminutowe moczenie wieczorem nóg w zimnej wodzie bez żadnych dodatków. Ostatecznym środkiem przeciw uporczywym potom miejscowym, gdy już nic nie pomaga, jest naświetlenie rąk względnie nóg promieniami Roentgena.

Jak sobie lud wyobraża zarazę?

W średnich wiekach — jak stwierdzają nasze roczniki i kroniki — grasowały epidemje na ziemiach dawnej Rzeczypospolitej, czyniąc spustoszenia straszniejsze od wojen. Nawiedzały też Polskę i później pochłaniając tysiące ofiar w ludziach i statku. Takie pandemje jak „czarny mór" XIV w. lub zaraza morowa z czasów wojny trzydziestoletniej, zarówno jak wielki mór bydlęcy w 18-em stuleciu zapisały się głęboko w wyobraźni ludów Europy. Kronikarze nasi jeszcze do XVI wieku pod nazwę moru, powietrza, (powietrza morowego) zarazy, czarnej śmierci, przymroku, podciągali wszelkie choroby epidemiczne.

Lud nasz — do dziś — nie rozróżnia zarazy i dżumy od cholery i moru, a pomór na bydło mieni dżumą. Wogóle choroby zakaźne nazywają powietrzem (morowem), a w nazwie tej złożył język polski świadectwo etjologji chorób zakaźnych. Lud mazurski w okolicy Międzyrzecza mieni chorobę wręcz „trąceniem wiatru" i uważa ją — jak morawicę — za chorobę śmiertelną. Hieronim Spiczyński w Książce p. t. O ziołach i o mocy ich, a za nim i przed nim inni Zielnikarze poczytują „wiatr z południa przyczyną powietrza morowego".

Starzy gospodarze w Kijach, pod Pińczowem, uważają w uroczystość Nawrócenia św. Pawła (25 stycznia) na „wiatr, z której strony wieje", „Zachodni wiatr przepowiada pomór na ludzi, wschodni berę (zarazę) na bydło".

Wieśniacy z Bugaju, pod Wieliczką, wyobrażają sobie te choroby w kształcie siwego dymu, który „nie rozprósza się, lecz skupiony leci, jak pas płótna rozciągnięty, a na kogo padnie, ten umiera zaraz". Na widok jego chłopi padają na ziemię, nakrywając sobie rękami usta, nos i uszy, widocznie, aby powietrze morowe przez te otwory nie dostało się do wnętrza.

Zarazę, która szerzyła się w Gościejowie (powiat Obornicki), widziano siedzącą na dachu domu, pod postacią płachty. W domu tym wszyscy wymarli, a płachta podniosła się wgórę i odleciała.

Dziewica morowa na Kujawach, cała owinięta w płachty — stąd nazwa jej płachytka, — reminiscencja całuna śmiertelnego, pierwotnie białego prześcieradła — lata nocą w powietrzu, a na czyim dachu usiędzie, w tym domu ktoś musi umrzeć. Morowa dziewica zatruwa powietrze (stąd jej nazwa „powietrze") i tym

sposobem gubi ludzi. Albo powiewa krwawą chustką, a gdzie nią powieje, tam ludzie umierają. Zarazę, złe powietrze albo mór, wystawia sobie lud nasz w postaci „kobiety bladej, chudej i białem okrytej prześcieradłem". Zaraza morowa, w wyobrażeniu ludu polskiego z nad Wisłoka, to duch w postaci kobiety, który przed epidemją „przebiega nocami pola i sioła, a zaglądając do chałup, zaznacza w nich osoby, które ma śmierć zabrać".

W pojęciach ludu ziemi Sądeckiej cholera, zwana powietrzem morowem „przychodzi bowiem z powietrzem, z wichrem", od ofiar swych zwana też morem lub przymorkiem, wreszcie zarazą, albo chorobą straszliwą, ma postać „wysokiej chudej kobiety, odzianej brudną płachtą", ludzie giną, jak ćmy, zboże i dobytek niszczeje. Zjawienie jej przepowiadają wieszcze znaki: Psy, spuszczając pyski ku ziemi, zaczynają wyć, krety ryją ziemię wznosząc kopce niby mogiłki, sowy huczą nocą przeraźliwie, wiatr kopie wydmy jakby groby, a na niebie pokazuje się czerwona łuna, albo gwiazda z ogonem, zmiatającym ludzi. Cholera chwyta nagle „za wnątrza" przedewszystkiem trwożliwych i słabych, pijacy mają „wnątrze zaprawione", więc ich się choroba nie ima.

Istota ta mistyczna, zazwyczaj bardzo ciężka, każe się przywozić lub przynosić do wsi, jeździ na osobnym wozie o dwu kołach. Gdy zabierze swe ofiary, wychodzi ze wsi, jak przyszła, niekiedy każe się wywieźć, a wówczas nie szkodzi tej osobie, lecz daje się poznać niezwykłym ciężarem i jeno zakazuje „obejrzeć się".

W czasie grasującej w 1852 r. cholery, lub okolic Czerska opowiadał, że zaraza dostała się tam w następujący sposób: Oto właściciela wsi Laski, (pod Warką) przejeżdżającego przez most na rzece, prosiła stojąca na tym moście panna, cała w bieli, żeby ją wziął na bryczkę. Gdy się na to zgodził, i przewiózł ją przez rzekę, nagle zsiadła, podziękowała za przewiezienie i oświadczywszy, że jest Cholerą, znikła zdziwionemu z oczu. Zaraza daje się chłopu prowadzić przez wodę, bo sama nie może — złych duchów, sił nieczystych święta woda nie znosi. Z wdzięczności jednak za przewiezienie — podobnie jak Śmierć — oszczędza chłopa i jego rodzinę. ludzie zaś na miejscu, gdzie się zaraza zjawi, padają jak muchy.

Mór wyobraża sobie lud na dawnej Rusi czerwonej w postaci niewiasty, która się chłopu obnosić każe i za to go przy życiu zostawia. Kędy powieje swoją płachtą, żałoba pokrywa wszystko. Ciało złej niewiasty nie cięży, bo to „powietrze", widmo, utonąć też nie może w rzece, bo ją woda na wierzch wyrzuca. M. Gosławski w przypisku do poematu Podole, powiada: „Morowa niewiasta, siedząc na wysokim wozie, otoczona gromadą mar i wiedmów objeżdżała ziemię (Podole), taki orszak zwano Homem. Za zbliżeniem jej koguty chrypły, psy nie szczekały, gdy poczuły morową niewiastę, lecącą z całą czeredą swoją".

Huculi wyobrażają ją sobie w postaci niewiasty, która „każe się nosić, a temu, który ją dźwiga, nic nie szkodzi, choć wsie całe i miasta trupami zalegają“.

Na Ukrainie, gdy choroba ma „wykaczać“ ludzi, dziewica morowa staje na mogile, „machnie skrwawioną chustą trzy razy na wieś w różne strony i dmuchnie powietrzem, że wydaje się jakby para buchnęła z komina“.

U innych Słowian niewiasta morowa sprawia duży wiatr, od którego ludzie padają. Jak sama nazwa Powietrza wskazuje, pomór przypisują ludy jugosłowiańskie podmuchowi powietrza. Zarazę czyli morowe powietrze, którą Serbowie kumą Kugą zwą, wyobrażają sobie jako „wysoką, chudą kobietę, w białej płachcie, z miotłą w ręku, a przed czyjemi drzwiami nią machnie, w tym domu ktoś umrze“.

Morowe powietrze (mór) i cholerę wyobraża sobie lud w Bośni i Hercegowinie pod postacią kobiety w białej płachcie, leci ona nocą w powietrzu z okrwawioną chustą w ręku, a gdzie się pojawi, tam przynosi śmierć i zgubę.

Zarazę morową, której Bułgarzy poświęcają jeden dzień w roku, na męczennika Charalambija, przedstawianego na ikonach cerkiewnych, jako tępiciela zarazy, wyobrażają sobie zazwyczaj w postaci kobiety z dzieckiem w powijakach, jak przebiega świat wzdłuż i wszerz, siejąc naokół zniszczenie. Można jednak dobrem przyjęciem zaskarbić sobie jej względy, w przeciwnym razie „dusi wieś całą“.

„Lud prosty w Litwie — powiada Mickiewicz w objaśnieniach do Konrada Wallenroda 1827 r. — wyobraża sobie morowe powietrze w postaci dziewicy, której zjawienie się poprzedza straszliwą chorobę. Wedle zwyczaju przez drzwi lub okno wsuwając rękę i powiewając czerwoną chustką, rozsiewała śmierć po domach. Mieszkańcy zamykali się warownie, ale głód i inne potrzeby wkrótce zmusiły do zaniedbania takowych środków ostrożności, wszyscy więc czekali śmierci. Na wschodzie, przed zjawieniem się dżumy, ma się pokazywać widmo na skrzydłach nietoperza i palcami wytykać skazanych na śmierć“.

Słowa te odnoszą się do następujących wierszy, w których „według powieści gminnej“ opisane jest zjawienie się zarazy na Litwie:

Nieraz na pustych cmentarzach i błoniach,
Staje widomie morowa dziewica,
W bieliźnie, z wiankiem ognistym na skroniach,
Czołem przenosi białowieskie drzewa
A w ręku chustką skrwawioną powiewa.
Strażnicy zamków oczy pod hełm kryją,
A psy wieśniaków zarywszy pysk w ziemi,
Kopią, śmierć wietrzą i okropnie wyją.
Dziewica stąpa kroki złowieszczemi

Na sioła, zamki i bogate miasta,
A ile razy krwawą chustą skinie,
Tyle pałaców zmienia się w pustynie,
Gdzie nogą stąpi, świeży grób wyrasta.

Podobną do niej jest na ziemi francuskiej zaraza, którą Bretończyk wyobraża sobie pod postacią niewiasty w bieli, z laską w ręku, a kogo nią dotknie, ten umrze. Choroby wyobrażają sobie żydzi w postaci niewiasty, która zabójczą różdżką dotykając ludzi pozbawia ich życia, mienią ją ipisz, co ma nieczyste powietrze oznaczać.

Hindowie w Bombaju uważają zarazę za dzieło duchów powietrznych.

Mahometanom objawiają się one w postaci kobiet w bieli, olbrzymiej wysokości z zakrwawionemi zębami.

Zaraza, zwana w Kieleckiem Herą, ma jeszcze wiele cech zooteizmu. Jeżeli w Żydowie ma nastąpić zaraza na bydło, to w powietrzu rozlega się ryk, gdy konie mają padać, to słychać rżenie, a gdy świnie zdychać będą, dolatuje kwik z powietrza. Stary włościanin z Posłowic, opowiadał, że podczas pomoru leci nad ziemią z wielkim świstem Hera w postaci wołu lub człowieka, który zamiast rąk ma łapy psie z wielkiemi pazurami. Gdy ma nastąpić pomór na bydło, to ukazuje się o północy na rozstajnych drogach wół straszny, który, zanim kury zapieją, wydaje tak okrutny ryk, że ziemia drży z przestrachu. Niekiedy znów przed grasującą zarazą na bydło pojawiają się dwa, albo trzy wielkie czarne psy na granicy wsi Kije i żrą się do upadłego. albo pokazuje się człowiek i wół bijący się wzajemnie, a który z nich w tej walce zwycięża, ten sprowadza pomór na wieś. Czasami na granicy (w Pińczowskiem) biją się wół z człowiekiem, a który z nich zwycięży, ten sprowadza pomór na wieś. Istota ta, zwana tu Herą, to pani sroga, szerząca naokół klęski i zniszczenie, niepozbawiona jednak uczucia litości. Chłopu, wiozącemu ze wsi do Jędrzejowa ziemniaki na sprzedaż, każe je sprzedawać za bezcen, resztę sama dopłaca. bo „w tym roku dużo ludzi wymrze, więc nie będzie komu chleba z pola zbierać i będzie głód". Cholerę, wśród ludu ukraińskiego (w powiecie Czehryńskim) przedstawiają z owczemi nogami, a czumę (mór) z baraniemi.

Lud ruski przedstawia sobie mór na ludzi w postaci człowieka z nogami wołowemi, na bydło — z baraniemi nogami. Na Podolu (rosyjskiem) wyobrażają sobie cholerę i morowe powietrze w postaci białego psa, a gdzie ten zdechnie, tam wybucha epidemja. Cholera, w wierzeniach Żydów, to dziewica, posiadająca zdolność przedzierzgnięcia się w psa lub kota — znamienny to rys istot demonicznych.

(Ustęp niniejszy został wyjęty z obszernego ponad 400 stron liczącego dzieła dra Henryka Biegeleisena p. t. „Lecznictwo ludu polskiego", wydanego w r. 1929 przez Polską Akademję Umiejętności w Krakowie).

Marzenia senne.

Jakiś przedmiot spada w pokoju z głośnym hałasem na podłogę. Człowiek budzi się. W tej chwili słyszy jeszcze ostatnie echa hałasu. I w tej chwili, właśnie między upadnięciem przedmiotu, a obudzeniem się człowieka, powstaje długi, skomplikowany sen: oto armata w galopie zajeżdża na pozycję, artylerzyści szykują działo do strzału, dowódca wydaje rozkazy, wymierza się cel, wystrzał następuje — właśnie w chwili obudzenia się.

Wiemy, że możliwe jest sztuczne wywoływanie snów. Można skórę śpiącego mechanicznie podrażnić lub zbliżyć doń silnie woniejące przedmioty, albo też wreszcie oddziałać na jego wrażenie słuchowe. Wszystkie te podniety powodują często przebudzenie się, a zarazem dowodzą, w jak niezwykle krótkim czasie rozegrać się mogą bardzo rozległe, obszerne i skomplikowane doznania we śnie.

Fizyczne zmiany pozostają w ścisłym związku z powstawaniem snów. Uzasadniona zupełnie wiara ludu, że obfita uczta powoduje „ciężkie sny", pozostaje w związku ze stanem przepełnionego żołądka. Przeciążenie pęcherza moczowego przyczynia się znowuż do powstawania snów o treści przeważnie niezbyt przyjemnej. Zmiany w krążeniu krwi, a zwłaszcza zbytni napływ krwi do głowy, utrudnienia w oddechaniu, niedomagania sercowe — wszystkie te, również i we śnie działające, zmiany w organiźmie powodują często sny bardzo przykre. Pod wpływem zesunięcia się kołdry z części ciała śnimy n. p., że toniemy w morzu. Zbytnie ogrzanie twarzy natomiast (gdy n. p. śnimy na słońcu) powoduje sen o pożarze, oparzeniach i t. p.

Istota sennych marzeń pozostaje jednak — mimo to wszystko — tak samo tajemnicza, jak istota snu. Wytłumaczenie sennych marzeń wpływami fizycznemi lub psychicznemi jest możliwe tylko w znikomej ilości wypadków. Kant (a za nim i inni uczeni) wypowiada pogląd, że ludzie, a zapewne także i zwierzęta, zawsze mają sny, a tylko po obudzeniu się natychmiast o nich zapominają. Twierdzenie to nie jest dotychczas sprawdzone.

Wedle ogólnego poglądu świadomość w czasie snu przygasa. Czy zapatrywanie to jest słuszne? Często przecież to, co sobie

na jawie uświadamiamy, rozwija się dopiero w sennych marzeniach dalej. Ale o tych snach po przebudzeniu się nic nie wiemy. Sen, który bezpośrednio po przebudzeniu się mamy jakby przed oczyma w konkretnej postaci — znikł po godzinie bezpowrotnie, jeśli go natychmiast nie spiszemy albo przynajmniej rozmyślnie w pamięci nie utrwalimy. Właśnie ten fakt szybkiego zapominania snów wykazuje rysę, jaka dzieli naszą świadomość na jawie i we śnie. Ale znowuż to, że przy pewnej sile woli możemy utrwalić w pamięci naszej doznania senne, dowodzi niezbicie, że świadomość nasza na jawie i we śnie wspólne ma podłoże.

Piękne porównanie życia ze snem stworzył Schopenhauer: „Życie i sny są kartami jednej i tej samej książki. Czytanie jej w logicznym związku, to prawdziwe życie. Gdy jednak godzina czytania (dzień) się kończy i przychodzi czas wytchnienia, przerzucamy często kartki w książce bez porządku i związku. Często są to już przeczytane kartki, często jeszcze nam nieznane, ale zawsze pochodzą z tej samej książki“.

W dawnych czasach uchodziły sny za coś zesłanego przez wyższe potęgi; pogląd ten po dziś dzień nie znikł jeszcze z świadomości ludu. Wykładnia snów odgrywała też w starożytności wybitną rolę; ale i teraz jeszcze mają „senniki“ licznych zwolenników w nieoświeconych masach.

Badania Zygmunta Freuda nad istotą snów posuwają to zagadnienie naukowe znacznie naprzód. Teorja Freuda dominuje w tem, że we śnie realizują się te życzenia ludzkie, które na jawie nie zdołały sobie zdobyć posłuchu względnie nie zostały spełnione. Takiem spełnieniem życzeń są w klasycznej i najprostszej formie sny dzieci; śnią one n. p. o kremie czy czekoladzie, których im za dnia odmówiono. Dziecko głaszcze we śnie psa, którego na jawie nie ośmieliłoby się nigdy dotknąć. Co natomiast dla dziecka jest nieistotne i obojętne, to nie ma wogóle dostępu do marzeń sennych.

Naogół można śmiało stwierdzić olbrzymi wpływ snów na całą psychikę człowieka. Zapomniany zupełnie sen może wszak sprawić, że napozór bez przyczyny budzimy się i pozostajemy dzień cały weseli lub przygnębieni. I w tem to najczęściej skrywa się przyczyna, dlaczego budzimy się dnia pewnego z ciężką depresją lub naodwrót, niezwykłem, nieprzeczuwanem zgoła poczuciu szczęśliwości, od czego w pewnych wypadkach zależeć może czasem los człowieka lub nawet całej, mniej lub więcej licznej grupy ludzi.

Zwierzęta roznosicielami chorób.

Powszechnie znaną jest rola, którą w roznoszeniu chorób odgrywają różne stworzenia niepokaźnych rozmiarów, jak muchy, pchły, wszy i komary. Zbyt często zapominamy jednak, że groźniejszemi pod tym względem mogą być zwierzęta większe, zwłaszcza domowe, których produkty są podstawą naszego pożywienia.

Obora może być przedewszystkiem źródłem gruźlicy, na którą wcale często chorują krowy. Wprawdzie między typem gruźlicy ludzkiej i bydlęcej są różnice, przekonano się jednak, że zarazek gruźlicy bydlęcej może wywołać chorobę u człowieka. Z chorych krów może przedostać się gruźlica do mleka i masła. Przeprowadzone ostatnio w Warszawie badania stwierdziły, że 40 proc. dostarczanego do stolicy mleka zawiera prątki gruźlicze. Mleko można przez wygotowanie pozbawić zarazków, z masła nie można ich jednak usunąć.

Drugą niebezpieczną dla człowieka chorobą, na którą zapadają zwierzęta domowe jest paratyfus. Zarazki jego dostają się do nas z mięsa. W takiem mięsie obok bakteryj paratyfusu znajdują się również jady wytwarzane przez te zarazki. Przez wygotowanie mięsa można pozbawić je bakteryj paratyfusu, pozostaną jednak nietknięte jady, które wywołują u człowieka po spożyciu takiego mięsa szereg zaburzeń.

Przed laty można się było nabawić przez spożycie podejrzanego mięsa strasznej, w większości wypadków nieuleczalnej choroby, wąglika. Dzisiaj są to wypadki, poza Rosją sowiecką, niezmiernie rzadkie.

Mięso wieprzowe może zawierać pasorzyta wywołującego chorobę zwaną włośnicą (trichinoza). Tasiemce dostają się do organizmu ludzkiego z mięsa bydła, nierogacizny, lub z mięsa ryb. Ryby morskie mogą być zakażone pasorzytem, zwanym brózdogłowiec szeroki, który u człowieka wywołuje złośliwą anemję. Chorobą w ostatnich czasach coraz częściej występującą u nas, której źródłem jest mleko krowie, jest gorączka Banga.

Wspomnieć wreszcie należy o ciężkiem zatruciu, jakiemu ulec można po spożyciu pokarmów, do których dostał się zarazek, zwany bakterją kiełbasianą. Sam zarazek jest dla człowieka nieszkodliwy. Rozwija się bowiem w temperaturze 25 stopni C.,

a ciepłota ciała ludzkiego szkodzi mu. Wytwarza on, podobnie jak zarazek paratyfusu, gwałtownie działające jady, które dostawszy się wraz z produktami spożywczemi do przewodu pokarmowego człowieka, wywołują obraz zatrucia, przypominającego nieco zatrucie atropiną.

Zwierzęta mogą się stać więc bezpośrednio, bądź za pośrednictwem swych produktów źródłem szeregu chorób. Dlatego też we wszystkich krajach kulturalnych istnieje odpowiednia kontrola weterynaryjna, badająca skrupulatnie dostarczane na rynki wielkich miast produkty zwierzęce. Kontrola ta przeprowadza również badania zwierząt, zwłaszcza w kierunku gruźlicy.

Elektryczność lekarstwem i trucizną.

Elektryczność okazała się doskonałym sprzymierzeńcem współczesnej medycyny, oddającym cenne usługi w rozpoznawaniu i leczeniu całego szeregu chorób.

Trudno sobie wyobrazić zupełnie pewne rozpoznanie wczesnych okresów chorób płucnych bez użycia promieni Roentgena, których źródłem jest przecież prąd elektryczny. Dla wielu ludzi zagrożonych kalectwem wskutek występujących przy urazach mechanicznych lub ostrych chorobach zakaźnych porażeń nerwów, jedynym ratunkiem jest elektryzacja. Wytwarzanie ciepła w narządach wewnętrznych przy pomocy prądu elektrycznego, czyli t. zw. djatermja, przynosi wielką ulgę w zapaleniach nerwów, bólach mięśniowych, schorzeniach artretycznych, chorobach kobiecych mięśniowych i wielu innych. Nie może również współczesny lekarz wyrzec się usług lampy kwarcowej, zwłaszcza w porze zimowej, gdy brak światła słonecznego daje się szczególnie we znaki. Naświetlanie lampą kwarcową jest jednym z najlepszych środków przeciw krzywicy, a dalej daje również dobre wyniki w leczeniu gruźlicy, gruczołów, gruźlicy kości, w wypadkach nieżytów oskrzeli, w różnych zaburzeniach przemiany materji, jak w chorobie Basedowa, cukrzycy i t. d.

Współczesna medycyna posługuje się również t. zw. „kąpielami elektrycznemi", w których organizm chorego poddany zostaje równoczesnemu działaniu energji cieplnej i świetlnej, z wyłączeniem promieni pozafiołkowych, a więc działających chemicznie. Przewlekłe odmrożenia, zapalenia ucha, jam nosowych ustępują szybko pod działaniem tych „kąpieli".

Jak każdy środek leczniczy tak i prąd elektryczny, zastosowany w dużych nieodpowiednich dawkach, przynosi człowiekowi szkodę. Dzieje się to przy zdarzających się na porządku dziennym wszelkiego rodzaju krótkich spięciach, oraz rażeniach piorunem, których wzmożoną produkcję rozpoczyna z każdą wiosną wielkie laboratorjum przyrody. Niebezpieczeństwo, jakie powstaje dla człowieka przy zetknięciu się z nadmierną dawką prądu elektrycznego zależy w pierwszym rzędzie od tego przez jaką część ciała prąd elektryczny przechodzi. Do najczulszych pod tym względem należą głowa i szyja. Działanie prądu zależy również od wrażliwości danej osoby, którą to wrażliwość zwiększają

niektóre choroby układu nerwowego, krwionośnego i oddychania. To też prąd o niskiem napięciu, wynoszącem 65 woltów, może być dla niejednego człowieka już niebezpieczny, a nawet przyprawić go o śmierć, drugiemu zaś nie wyrządza żadnej krzywdy. Dla większości ludzi 100 do 150 woltów niezawsze jest niebezpieczne. Ponad 200 woltów wywołuje zazwyczaj poważne zaburzenia, a 500 woltów jest w 90 proc. śmiertelne. Zaznaczyć przytem należy, że prąd zmienny jest niebezpieczniejszy od stałego.

Prąd elektryczny przechodzący przez ciało ludzkie napotyka na opór wynoszący od 2 tys. do 2 miljonów ohmów, stąd też, jeśli nie spowoduje natychmiastowej śmierci przez porażenie serca, lub oddechu, wywołuje różne skutki. W jednych wypadkach ogranicza się do pozostawienia po sobie śladów w postaci oparzeń lub zwęgleń skóry, w innych znów do utraty pamięci, wzroku, słuchu, do wywołania nerwic, psychoz. Rażony prądem traci w jednej chwili przytomność.

Rażeniu piorunem ulega rocznie około 4 tys. ludzi, z których umiera tysiące. Przyczyną śmierci pewnego odsetka tych nieszczęśliwych jest uczucie strachu, które zabija równie szybko, jak błyskawica.

Zaniedbane hormony.

Hormony są to substancje, które, wytworzone w jednem miejscu żyjącego organizmu, wywierają w innem jego miejscu jakieś specjalne działanie. Określenie to jest jednak bardzo ogólnikowe.

Rozróżniamy właściwie dwa rodzaje hormonów:

1) endohormony, t. j. takie, których działanie ograniczone jest do wydzielającego je organizmu.

2) ektohormony produkowane, których celem zasadniczym jest działać na inne organizmy.

Ektohormony można znów podzielić na homoiohormony i alloiohormony, zależnie od tego, czy działanie swoje wywierają na organizmy tego samego, czy też innego gatunku.

Do hormoiohormonów zaliczyć trzeba te substancje, któremi organizm matki i płód działają wzajemnie na siebie. Do tej samej kategorji zaliczyć należy substancje, wydzielane przez niektóre owady, żyjące w wielkich zrzeszeniach, dające możność np. robotnicom pszczół z takich samych jajeczek wyhodować, albo zwykłą robotnicę, albo młodą matkę. Są również substancje, wydzielane przez różne komórki jajowe, przyciągające komórki nasienne tegoż gatunku (homoiohormony), lub odstręczające plemniki innych gatunków (alloiohormony). Do tych homoiohormonów należą liczne nieznane ciała, drażniące zmysł powonienia, które wywierają wrażenia podniecające lub przyciągające na samce (w okresie godowym). Podobne substancje znalezione zostały i u niższych zwierząt żyjących w wodzie. Samice niektórych motyli zapomocą nieznanych i niewyczuwalnych przez nasze zmysły substancyj „wonnych“ oddziałują również na samce tego samego gatunku, a więc inaczej niż u innych zwierząt i owadów.

Do hormonów zalicza Bethe „zapachy gniazd“ u mrówek, czy pszczół, po których poznają się osobniki tegoż samego mrowiska, wzgl. ula, a także zapachy rodzinne lub indywidualne, po których poznają się wzajemnie zwierzęta (np. suka swoje szczenięta, lub pies swego pana). Bethe jest zdania, że i u ludzi organ powonienia większą odgrywa rolę niż się to powszechnie przypuszcza, zwłaszcza przy nawiązywaniu sympatji.

Do alloiohormonów należą substanje, drażniące zmysł powonienia, wydzielane przez rośliny, dla odstręczenia zwierząt rośli-

nożernych. Istnieje szereg roślin, które są omijane z tego powodu przez zwierzęta, jakkolwiek nie mają właściwości trujących. Do hormonów należą substancje pachnące wielu kwiatów, przynęcające owady do kielicha, dalej liczne substancje, któremi oddziałują na siebie organizmy żyjące w symbiozie, substancje, któremi pasorzyt działa na swego gospodarza, a wywołujące przekrwienie, gorączkę lub uczucie swędzenia i t. p.

W skład endohormonów wchodzą prawie wszystkie te substancje, które mamy na myśli, gdy mowa jest o hormonach, t. j. takie, które działają na sam wydzielający organizm, (jak np. tyroksyna, follikulina, adrenalina i inne).

Wodowstręt czyli wścieklizna.

Jak się bronić przed nim?

Wścieklizna, której wielka epidemja wybuchła w ostatnich kilku miesiącach we Lwowie, a szereg sporadycznych wypadków zdarzyło się w Krakowie i w okolicy Częstochowy, należy do t. zw. zakażeń przyrannych. Nieodkryty do tej pory zarazek tej choroby wnika do organizmu tylko po dostaniu się do rany. W zakażonej ranie rozmnaża się on i wędruje dalej nie drogą krwi, lecz drogą nerwów do mózgu. Objawy choroby występują u zakażonego dopiero wówczas gdy zarazek przejdzie drogę z rany do mózgu. Wędrówka ta, w czasie której niema żadnych objawów choroby, trwa rozmaicie, od kilku dni do kilku miesięcy, a nawet lat i zależy od odległości miejsca zakażenia od mózgu, od głębokości zakażonej rany i innych czynników.

Jedyną metodą skutecznego leczenia wścieklizny jest szczepienie. O ile w innych chorobach szczepienie musi być wykonane przed zakażeniem, to w wypadku wścieklizny wyjątkowo można szczepić po zakażeniu. Centralny system nerwowy człowieka zakażonego wścieklizną, którego następnie poddano szczepieniu, nabywa bowiem odporności w stosunku do wścieklizny wcześniej nim zarazek tej choroby przewędruje z rany do mózgu, o ile oczywiście zakażona rana nie leży bardzo blisko mózgu, np. na głowie i o ile szczepienie wykonane zostało możliwie wcześnie po ukąszeniu.

Odbywa się więc w organiźmie jakgdyby wyścig zarazka ze szczepionką. Celem obu jest dostanie się do mózgu. Jeśli pierwsza przybędzie szczepionka, chory jest uratowany Naogół w „wyścigu“ tym zwycięża szczepionka, o czem świadczy statystyka, która twierdzi, że zakażeniu wścieklizną ulega 12% ludzi pokąsanych przez wściekłe psy, a z tego tylko 1% umiera, 11% dzięki szczepieniu wraca do zdrowia.

U chorego, u którego szczepienie nie odniosło skutku np. z powodu tego, że późno zostało wykonane lub, który zlekceważył sobie ranę zadaną przez psa podejrzanego o wściekliznę, wybucha choroba, manifestująca się gorączką, bólem w miejscu ukąszenia, oraz charakterystycznym niepokojem psychicznym. Po kilku dniach, a czasem i godzinach choroba przechodzi w drugie stadjum, kurczów. Chory staje się niezwykle wrażliwy. Naj-

słabsze podniety, np. dotyk, powodują występowanie skurczów różnych grup mięśni. Coraz częściej zjawiają się bolesne skurcze mięśni przełyku i krtani, uniemożliwiające połykanie. Co więcej nawet sam widok wody wywołuje te skurcze. Dlatego człowiek chory mimo silnego pragnienia czuje wstręt do wody, skąd wywodzi się druga nazwa wścieklizny — wodowstręt.

Źródłem zakażenia wścieklizną są przedewszystkiem psy. Chory pies w pierwszych dniach po otrzymaniu jadowitego ukąszenia zachowuje się dziwnie. Jest bojaźliwy, smutny, kryje się, to znowu zrywa i biega. W dalszym stadjum choroby pies staje się patologicznie żarłoczny, pożera kamyki, ziemię, drzewo, słomę i wogóle wszystko czego dopadnie. Zmienia się również charakterystycznie jego głos, jest ochrypły i naprzemian wysoki to znowu niski. Z pyska wycieka mu obficie ślina. W tej ślinie znajdują się właśnie zarazki. Wystarczy więc, by taki pies polizał tylko nieznaczną rankę, aby zakażenie przenieść na człowieka.

(„Nowy Dziennik“, Kraków).

HUMOR LEKARSKI

Niezwykła okazja.

Chirurg do pacjenta przed operacją:

— Muszę jednak pana uprzedzić, że operacja, której mam się podjąć, jest bardzo niebezpieczna. Na cztery takie operacje zaledwie jedna się udaje. Ale muszę też pana pocieszyć — trzy poprzednie mi się nie udały.

**

Jowialny pacjent.

— Dla pańskiego uspokojenia skłonny jestem zawezwać jeszcze jednego lekarza.

— Nonsens — panie doktorze — nastąpią tylko niepotrzebnie między panami nieporozumienia. Jeśli umrę, żaden z was do winy się nie przyzna.

Ostatnia droga.

Pewien lekarz puka po ukończonem życiu do bram niebieskich i prosi pokornie o wpuszczenie. Święty Piotr otwiera bramę, poznaje w przybyszu lekarza i usuwa go z głównego wejścia ze słowami: „Tylne schody, w dole na lewo, wejście dla dostawców“.

**

Widoki.

— Sam nie wiem, co syn mój ma studjować?

— Ciężka decyzja. — Cały świat dzisiaj to jeden dom warjatów, — niech może wobec tego zostanie psychjatrą.

**

Wyjaśnienie.

— Pan się uważa, panie doktorze, za specjalistę w choro-

bach sercowych? O ile sobie przypominam, to przed trzema laty uchodził pan za specjalistę w chorobach żołądka.

— Zgadza się, gdyż mój ówczesny pacjent cierpiał na serce, a obecny na żołądek.

**

Wizyta w izbie chorych.

Do znanego z grubjaństwa oficera sanitarnego X. przyszedł pewnego dnia do izby chorych żołnierz Y., aby się zgłosić chorym.

— Znowu jesteś chory, ty wielbłądzie — zawołał oficer do pacjenta.

— Podług rozkazu, p. weterynarzu — odciął mu się na to żołnierz.

**

Bernard Shaw zachorował. Wezwał lekarza. Lekarz zbadał go i rzekł:

— Pański puls idzie zbyt powoli.

— To nic nie szkodzi, panie doktorze — pocieszył Shaw lekarza — mam czas.

**

Nauczyciel rozgniewał się bardzo na jednego ucznia, syna lekarza:

— Jeżeli się nie poprawisz, to zawezwę twego ojca!

— Niech pan lepiej tego nie robi... — odpowiada malec. — Bo mój ojciec bierze za każdą wizytę 20 złotych...

**

Haussa.

Pewien giełdziarz leży w wysokiej gorączce. Pyta się pielęgniarki jaką ma obecnie temperaturę.

— 41 stopni, — odpowiada poważnie siostra.

— Dobrze — rzecze chory — przy 42 proszę sprzedać.

**

Pewien pan umarł nagle w podróży.

— Trzeba zawiadomić jego żonę — powiada lekarz do sanitarjusza. — Ale ostrożnie.

Sanitarjusz nadaje depeszę:

„Mąż pani lekko zachorował. Pogrzeb w niedzielę".

**

— Pomyśl tylko mężulku, byłam u lekarza, a on kazał mi tylko pokazać język i zaraz zapisał mi lekarstwo na wzmocnienie.

— Zmiłuj się! Na wzmocnienie języka?

**

Młoda dama.

— Ach, ci lekarze... pięciu zabroniło mi wyjść zamąż, a szósty z miejsca się ze mną ożenił...

**

Pesymista.

Zdrowie jest stanem niepewności, który nie zapowiada nic dobrego.

**

Kon był u lekarza. Lekarz zapisał mu lekarstwo. Po tygodniu Kon udał się do tego samego lekarza.

— No, czego pan chce... — powiada doktór. — Wszystko jest w najlepszym porządku, pan się poprawił, przytył, tylko nogi panu trochę spuchły, ale tem się już nie przejmuję...

— Pan ma rację... — odpowiada Kon. — Gdyby panu spuchły nogi, tobym się też nie przejmował...

**

Dobry wybór.

Znakomity chirurg wiedeński, profesor Gussenhauer, operował w swej klinice szwagra cesarza Franciszka Józefa. Operacja udała się. Po pewnym czasie do profesora zgłasza się adjutant operowanego arcyksięcia i melduje:

— Jej Cesarska Mość chciałaby się poinformować, co woli pan prof. jako honorarjum: czy order Leopolda z Krzyżem, czy też 20.000 guldenów?

Profesor po chwili odpowiada:

— Proszę zakomunikować Jego Cesarskiej Mości, iż nie mogę odpowiedzieć odrazu na łaskawą propozycję, muszę się zastanowić nad nią.

Adjutant odchodzi, po dwóch dniach zgłasza się ponownie.

— Co mam zakomunikować Jego Cesarskiej Mości?

A na to profesor:

— Zdecydowałem się. Proszę powiedzieć Jego Cesarskiej Mości, iż nie chcę ani orderu Leopolda, ani 20.000 guldenów. Natomiast proszę o 40.000 guldenów.

**

Dokładne określenie.

L e k a r z: W której okolicy odczuł pan najpierw boleści?

P a c j e n t: Na dworcu kolejowym.

**

Ostra krytyka.

Pani Nowobogacka zaprosiła swego domowego lekarza na wielki obiad. Zapytany u siebie w domu lekarz, jak się przyjęcie udało, rzekł:

— Gdyby zupa była tak ciepła jak wino, wino tak stare jak gęś, a gęś tak tłusta jak pani domu, byłoby całkiem przyjemnie.

**

Z praktyki lekarza.

— Niestety moja droga pani, mąż pani już nigdy najpraw-

dopodobniej nie będzie zdolny do pracy.

— No, to muszę mu czemprędzej tę nowinę donieść, przynajmniej się trochę rozweseli.

**

W składzie aptecznym.

— Ma pan coś przeciw siwym włosom?

— Nie proszę pana, prócz najgłębszego szacunku.

**

Niezadowolona.

Ninka ogląda po raz pierwszy świeżo przybyłego w dom braciszka. Patrzy nań krytycznie, a potem powiada:

— Mogłaś mamo dodać parę złotych i kupić większe dziecko.

**

L e k a r z: Czy pije pan wodę karlsbadzką godzinę przed jedzeniem?

P a c j e n t: Tak panie doktorze, ale dłużej jak kwadrans nie mogę pić wody.

Ostrzeżenie.

Na wystawie hygjenicznej można było oglądać żołądek pijaka.

— Aż mi się niedobrze na ten widok zrobiło.

— Czy będzie to dla ciebie przykład odstraszający?

— Naturalnie, nigdy więcej nie pójdę na tego rodzaju wystawę.

**

Lekarz do żony pacjenta: — Aby postawić pewną diagnozę, muszę męża pani prześwietlić promieniami Röntgena.

— Nie trzeba, panie doktorze, ja go już dawno przejrzałam na wylot.

**

Tołstoj miał uprzedzenie do lekarza. Gdy był chory nie chciał zasięgać porady lekarskiej.

— Dlaczego tak stronisz od lekarza, — pytano go.

Tołstoj odpowiadał: Chciałbym umrzeć naturalną śmiercią.

Anegdoty z życia wielkich lekarzy.

Fryderyk Tiedemann, profesor anatomji w Heidelbergu, nakazywał uczniom swym, aby pilnie uczęszczali na wykłady i każdą wolną chwilę spędzali w prosektorjum.

„Lekarze bez znajomości anatomji“ — zwykł był ma-

wiać — „podobni są do kretów: pracują w ciemnościach, a pracą ich rąk są tylko mogiły".

**

Fryderyk Teodor Frerichs był dyrektorem kliniki w Wrocławiu, roku 1859, następcą Schönleina, w szpitalu Charite. Zarzucano mu, że jako dermatologa powołał do Berlina dość nieznanego profesora L. „Myślicie, że powołałem prof. L. do Berlina dlatego gdyż wyleczył mnie z luesu? Nonsens, mam go jeszcze".

**

John Monro, 1715—1791, specjalista w chorobach umysłowych w szpitalach londyńskich Bridewell i Bethlen.

Pewnego razu gdy Monro przyszedł bez asysty do swoich chorych, postanowili go oni wrzucić do wielkiego kotła, w którym gotowała się zupa. Monro zawołał: „Poczekajcie, najpierw muszę się rozebrać, gdyż inaczej zniszczę sobie ubranie a wam zupę". To przemówiło im do przekonania, a lekarz uzyskał dość czasu dla swego ocalenia, gdyż nadeszli dozorcy.

**

Józef Hyrtl, Profesor anatomji w Pradze, a w roku 1845 w Wiedniu.

Młody człowiek z pokolenia Judy, o nazwisku Jeruzalem, zdawał rygorozum. Wielu żydowskich studentów stało przed salą egzaminacyjną i czekało na wynik. Gdy profesor Hyrtl wyszedł ze sali, zapytany o los zdającego, odrzekł z poważną i smutną miną: „Płacz Judo, Jeruzalem legło w gruzach".

**

John Abernethy urodził się w r. 1764 w Londynie, Sergeon szpitala św. Bartłomieja.

Nie lubiał bardzo gdy go budzono w nocy. Razu pewnego, gdy w złym humorze położył się spać o pierwszej nad ranem, gdyż o północy go wzywano, usłyszał znowu głos dzwonka.— „Co tam" — zawołał ze złością. — „Doktorze szybko na pomoc, mój syn połknął mysz". — „Proszę mu powiedzieć niech połknie kota i zostawcie mnie w spokoju" — odrzekł lekarz i położył się spać.

**

Joseph Hyrtl, profesor anatomji w Pradze, potem w roku 1845 w Wiedniu.

Przy rygorozum zapytuje trzęsącego się ze strachu kandydata: „Co pan wie o funkcjach śledziony?" Zakłopotany młodzieniec odpowiedział: — „Panie profesorze, naprawdę

wiedziałem, ale już znowu zapomniałem". — „O nieszczęsny, jesteś pan jedynym człowiekiem na świecie, który to wiedział, i właśnie musiałeś zapomnieć".

**

Philippe Ricord, 1831 naczelny chirurg Hôpital du Midi w Paryżu, uchodził za sławę w dziedzinie leczenia kiły.

Podczas jednego obiadu politykowano. „A pan Panie Doktorze — zapytał ktoś — jest pewnie konserwatystą?" — „Nie całkiem" — odrzekł z uśmiechem Ricord, — „raczej człowiek środka".

**

Mikołaj Rüdiger, znany anatom w Monachjum (umarł w r. 1896) był w młodych latach golarzem w Heidelbergu i dopiero później przy pomocy odziedziczonego małego spadku, mógł studjować medycynę i chirurgję.

W prosektorjum udzielił nagany pewnemu studentowi, że pracuje tępym nożem. Słuchacz usprawiedliwiał się twierdząc, że nie rozumie się na ostrzeniu noży, gdyż nigdy nie był golarzem. „Zrozumiałe" odrzekł profesor. „Gdyby pan był golarzem, byłbyś nim zapewnie i nadal został".

**

Antoine Louis, urodzony w r. 1723 w Metz, uchodził za znanego chirurga, ironika i sarkastyka. Ciekawym bardzo musiał być moment, w którym on sam padł ofiarą. Na jednym ze swych sławnych wykładów rozwodził się z nudną rozwlekłością nad fizjologją pragnienia. Jeden ze słuchaczy wstał, aby opuścić salę. Louis zawołał: „Pana zapewne wypędza pragnienie". — „O nie" — odrzekł zapytany, — „ale senność".

**

Joh. Christian Fryderyk Harless, urodzony w r. 1773 w Erlangen, znany na niwie literackiej, profesor medycyny w Erlangen i Bonn.

Pewnego razu odbywał Harless podróż pocztą z Bonn do Kolonji. Podczas drogi robił korektę swej pracy, a ponieważ myślał, że jest u siebie w domu i obok znajduje się mały stolik, wyrzucał przez okno wozu każdą przeczytaną i poprawioną kartkę. — Oto przykład roztargnienia uczonych.

**

Ignacy Filip Semmelweiss, wydał w r. 1861 klasyczne dzieło p. t. „Etjologja", pojęcie i środki zapobiegawcze przeciwko gorączce połogowej".

Pewnego razu posłał jednego młodego asystenta do porodu.

Po dwu dniach zjawia się asystent u swego szefa i z wielkiem przejęciem opowiada, że poród się przeciągnął, dziecko musiał rozkawałkować, matka umarła wskutek utraty krwi, a ojciec z żalu zastrzelił się przy łóżku żony. Gdy w kilka dni potem, asystent znowu wzywany był do porodu, po powrocie do profesora opowiedział uradowany: „Tym razem ojciec żyje".

Karol Thiersch, ur. w r. 1822 w Monachjum, w r. 1854 profesor chirurgji w Erlangen, a w r. 1867 w Lipsku, zwykł był zdania swoje wypowiadać bardzo dobitnie. Podczas wykładu, jeden ze słuchaczy czytał gazetę. Thiersch zauważył to, a gdy student po przeczytaniu złożył cicho gazetę, zawołał profesor: „siostro Anno, proszę temu panu podać inny dziennik do czytania".



ADRESY BRANŻOWE

Gdzie kupować?

AKUMULATORY.

Warsztaty akumulatorowe Stacja ładownicza ALEKSANDER GABEL Kraków - Podgórze, plac Zgody 3.

APTEKI.

Apteka „Pod złotym słoniem" Tadeusza Oświęcimskiego, Kraków, ul. Grodzka 22, wyrabia najlepszą pastę do zębów „Wawelin". Telefon 102-03.

Apteka pod Gwiazdą, K. Wiszniewski, Spółka z o. odp. Laboratorjum chemiczno - farmaceutyczne i konc. oddział hurtowny — Kraków, ul. Florjańska 15. Telefon 100-31. Główny skład wód mineralnych krajowych i zagranicznych.

Apteka Mr. J. Hirschtritta Kraków, ul. św. Gertrudy 1 (obok Głównej Poczty).

Apteka pod „Orłem“ Józefa Pankiewicza, Kraków - Podgórze, pl. Zgody 18. Tel. 165-54.

Składnica Apteczna „Zoria“, Spółka z ogr. odp., Kraków, ul. Sebastjana 9/11. Telegramy: Zoria. Telefony: 144-15, 170-47, 117-06.

Apteka **Mra Czesława Michalika** zarządca Mr. Janina Żyborska, — Kraków, Łobzowska 6, telefon 173-36.

Apteka **Zygmunta Łapińskiego** Kraków, Krowoderska 74. Telefon Nr. 149-56.

ARTYKUŁY SPOŻYWCZE I DIETETYCZNE.

Wszelkie artykuły spożywcze dla cukrowochorych (diabetyków), **B. FEINER**, Kraków, Starowiślna 6. Telefon 129-97.

AUTA I AKCESORJA.

SAMOCHODY **B. Jaskólski** „Ursus“. Części zamienne i akcesorja, Kraków św. Marka 25, tel. 142-43.

BANDAŻYŚCI.

Pracownia ortopedyczno-bandażeryjna **Franciszka Zielińskiego Kraków, ul. Starowiślna 12**, wykonuje wszelkie protezy, gorsety i aparaty ortopedyczne, wkłady na stopy płaskie, pasy brzuszne i przepuklinowe — oraz wszelkie reparacje.

Usuwa radykalnie **PRZEPUKLINĘ** najzastarzalszą, najniebezpieczniejszą u Pań, Panów i dzieci, po osobistem jawieniu się bandażami nowego opatentowanego wynalazku swego i Prof. Dra Raskaila. Na żądanie prospekty darmo. **M. TILLEMANN**, specjalista i wynalazca opatent. bandaży, Kraków, Szlak 39. Telef. 156-27.

BANKI.

Powszechny Bank Kredytowy S. A. w Warszawie, Oddział w Krakowie, Rynek Gł. 35. Tel. 121-66 i 152-25. P. K. O. Nr. 408.000.

Kasa Zaliczkowa i Kredytowa, Sp. z o. o., Kraków, Rynek Kleparski 4. (Dom Feniksa). Tel. 137-97.

BENZYNA.

Sprzedaż produktów naftowych Ferdynand Flieg, Kraków, Św. Jana 10. Telefon 110-31. **(Dawniej „Karpaty").**

MICHAŁ DYDO **Sprzedaż produktów naftowych** Kraków, Rynek Kleparski 2. — Dom „Feniksa". Tel. 177-54. Poleca benzynę, oleje automobilowe i maszynowe, smary i t. p.

BIELIZNA.

Wytwórnia bielizny i pyjam „Roma", Kraków, Długa 3 poleca najwykwintniejszą bieliznę damską, dziecięcą i pościelową. Specjalność: Pyjamy.

BIURA ORGANIZACYJNE I BUCHALTERYJNE.

E. Pompa i T. Studnicki — biuro buchalteryjne, Poradnia handlowa i asekuracyjna, Kraków, ul. Florjańska L. 26, II piętro. Telefony 173-35, 147-37 i 182-65.

BIŻUTERJE.

Nachhauser i Mond, hurtownia biżuterji i galanterji. Specjalność: nowości sezonowe. — Kraków, Dietlowska 63.

BŁAWATNE TOWARY.

Ignacy Sobolewski, magazyn bławatny i konfekcji damskiej, Kraków, Grodzka 3. Rok zał. 1883. Tel. 146-42.

Bławatne towary i konfekcja damska Wiktor Bromowicz Kraków, Szczepańska 1.

BUDOWLANE PRZEDSIĘBIORSTWA.

**Biuro inżynierskie i przedsiębiorstwo budowlane
M. Kurkiewicz i J. Zarzycki**
Kraków, Basztowa 17, III p.
Telefon 126-18.

Przedsiębiorstwo budowlane Franciszek Lorczak, Kraków, Krowoderska 16, wykonuje wszelkie prace w zakres budowlano-murarski wchodzące. — Specjalność: Odnawianie fasad.

Inż. Stefan Polański, autoryzowany inż. cywilny, konc. budowniczy, Kraków, ul. św. Jana 2, telefon 100-85.

CHEMICZNE FABRYKI.

„TĘCZA" Fabryka atramentu, laku do pieczętowania i kapslowania flaszek, gumy biurowej, kredek i plasteliny. **Kraków, Prądnicka Nr. 72,** telefon 158-12.

CUKIERNIE.

Wytwórnia ciast i cukrów nowocześnie i higjenicznie urządzona, wykonuje zamówienia pośpiesznie — **Kraków, ul. Karmelicka 21.** Lokal sprzedaży i zamówień: **Kraków, ul. Krupnicza 22. W. Perzanowski.**

Cukiernia Kazimierz Danek Kraków, Karmelicka 13. Tel. 155-07, Rynek Gł. 35. Tel. 145-82.

Cukiernia Noworolskiego Kraków, Rynek Gł. — Sukiennice. Telefon 126-07. — Cukry, Ciasta, Kawa, Herbata, Chłodniki.

DEWOCJONALJE.

Józef Angrabajtis wydawnictwo książek religijnych i skład dewocjonałów — Kraków, św. Tomasza 20.

DENTYŚCI.

Zakład techn.-dentystyczny Stanisława Langera, upr. techn. dentyst. Kraków, Zwierzyniecka 15. — Tel. 182-03, przyjmuje od 9—12 i od 3—6. Dla P. T. Urzędn. państw. i młodzieży szkolnej dogodne warunki.

Zakład dentystyczny Laborat. ceramiczne B. Cyzera, Kraków, Batorego Nr. 25. Telef. 144-34.

Zakład techn. - dentystyczny upr. technika Lola Feldblum-Kirschowa, Kraków, J. Sarego (Zielona) 5 parter.

Zakład techn. - dentystyczny Heleny Steinlauf, Kraków, ul. Smocza 10.

Zakład techn. - dentystyczny Konrada Tombińskiego, Kraków, Wiślna 4. — Tel. 173-96.

Michał Waltner upr. dentysta, Kraków, ul. Tad. Kościuszki 42 — wykonuje wszelkie prace w zakres dentystyki wchodzące. Przyjmuje od 9—1 i od 3—7.

Uprawniony Zakład techniczno - dentystyczny Anny Weissenberg, Kraków, Krowoderska 6, parter

Dentysta Leon Wildstosser, upr. technik-dentysta, Kraków, Krowoderska 51. Telefon Nr. 155-90.

DROGERJE.

Skład farb i materjałów, artykułów gospodarczych i toaletowych Kazimierz Dziedziniewicz, Kraków, Karmelicka 21. Telef. 135-28.

Drogerja i Perfumerja Bracia Finder, Kraków, Rynek Gł. 12. Tel. 137-85. (stacja tramwajowa Nr. 1) poleca swoje bogato zaopatrzone działy w towary krajowe i zagraniczne. (Dla pp. Lekarzy opusty).

Droguerja i perfumerja „Pod Lwem“ Mr. Zygmunt Ostermann, Kraków, Stradom 7. — Dział gospodarczy i fotograficzny.

Drogerja Tadeusz Severin, Kraków, Zwierzyniecka 29. Telefon 180-39 poleca bogato zaopatrzone działy: Apteczno-drogeryjny, Kosmetyczno - perfumeryjny, Fotograficzny, Gospodarczy.

Drogerja J. Wilkosza, Kraków, ul. Karmelicka 14, tel. 105-32. Poleca świeże lecznicze wody i sole mineralne. Wytwórnia bandaży i gazy opatrunkowej. Skład artykułów gumowych i chirurgicznych.

DRUKARNIE.

Drukarnia W. L. Anczyca i Spółki, Kraków, Zwierzyniecka 2.

Drukarnia A. Deutschera, Kraków, Dietlowska 38. Telefon 161-03.

Drukarnia H. Frühsa, Kraków, Dietlowska 32. Telef. 129-58.

Drukarnia Literacka, Kraków XXII, plac Zgody 4. — Tel. 146-13, wykonuje wszelkie prace w zakres drukarstwa wchodzące.

Drukarnia Narodowa, Kraków, Wolska 19. Telefony 104-04 i 124-04. P. K. O. 401.111.

Drukarnia Pospieszna A. Lehrhafta, Kraków, pl. Dominikański 1, tel. 147-86.

Drukarnia „Rekord" Kraków, ul. Lenartowicza 6 wykonuje wszelkie druki jak: afisze, tabele, rachunki, listy, koperty i t. p. — Ceny umiarkowane.

Drukarnia „Sztuka", Kraków, Berka Joselewicza L. 26. Tel. 110-38. Skrytka pocztowa 321. **KARTONAŻE - OFSET.**



FABRYKI TUTEK.

„ALTESSE-WISŁA" Fabryka tutek i bibułek papierosowych Spółka akcyjna, Kraków, ul. Długa 17.

FARBIARNIA FUTER.

Wyprawialnia i farbiarnia futer M. E. Tislowitz, Kraków XXII, ul. Podskale 11, wyprawia i farbuje wszelkie futra.

FIRANKI.

Fabryka firanek i materjałów tapicersko - dekoracyjnych Michał Weitz, Kraków, Florjańska 23. Tel. 148-40.

Wytwórnia artystycznych robót ręcznych Mina PFEFFERBERG Kraków, Poselska 9. Telefon 165-67. Poleca: Firanki, Portjery, Kapy, Serwety, oraz Kompletne Artystyczne Urządzenia Wnętrza Domów.

FORTEPIANY.

Boloński Wł. (Z. Raba Nast.), Kraków, Rynek Gł. 34, telefon 104-65. Najstarszy skład fortepianów. Rok założenia 1880. Własna sala koncertowa.

FOTOGRAFICZNE ZAKŁADY.

Zakład art. fotograficzny Józefa Neidra, Kraków, ul. Karmelicka 21. (Dom OO. Karmelitów). Ceny niskie. Wykonanie solidne.

Zakład artystyczno - fotograficzny A. WALASZEK, Kraków, Florjańska 40, parter, oficyna, obok Hotelu Polskiego. — Wykonanie zdjęć pierwszorzędne. Filja: Rabka-Zdrój.

FUTRA.

Pracownia kuśnierska Franciszka Kwiatka, Kraków, Sławkowska 32 wejście od ul. Pijarskiej 7. Wykonuje wszelkie prace wchodzące w zakres kuśnierstwa.

Hurtownia futer Józef Sender Kraków, Krakowska 5. Telefon 144-90.

Pracownia futer N. Bachner Kraków, Karmelicka 15, w podworcu. Wykonuje futra damskie i męskie według najnowszych żurnali. Ceny najniższe. — Wykonanie solidne.

Pierwszorzędna Pracownia kuśnierska S. Keiner, Kraków, Rynek gł. 14, I. p. of. wykonuje wszelkie roboty w zakres kuśnierstwa wchodzące, według najnowszych zagran. fasonów. Wykonanie pierwszorzędne. Ceny przystępne. Dla przejezdnych wykonuje roboty w przeciągu 2—3 dni.

PIENIĄŻEK
Zakład Kuśnierski
Kraków,
Rynek Gł. A-B 39.

Zakład Kuśnierski P. Blodek, Kraków, Grodzka 8 I p. front, wykonuje wszelkie prace kuśnierskie według najnowszych żurnali.

Jakób Landsberger, skład futer i pracownia kuśnierska, Kraków, Sławkowska 14. Telefon 171-25.

SKŁAD I PRACOWNIA FUTER
STANISŁAW KIERZEK,
Kraków, Mikołajska 13.

Józef Raucher, pracownia kuśnierska, Kraków, ul. Sienna 14. I. p. (naprzeciw gimn. św. Jacka) wykonuje wszelkie roboty w zakres kuśnierstwa wchodzące z własnych jak i dostarczonych materjałów po cenach najprzystępniejszych.

Pracownia kuśnierska NATANA TRAUBA, Kraków, ulica Jagiellońska 5, II p.

Michał Fischgrund, futra gotowe damskie i męskie, wszelkie roboty kuśnierskie, Kraków, Grodzka 65. Telefon 147-42.

Pierwszorzędna pracownia i skład futer
Natan Moslowitz, Kraków, Grodzka 35 I. p. — Wykonanie solidne. — Ceny niskie.

Roman Opaliński, Zakład kuśnierski, Kraków, ul. Gołębia 3. Wykonuje wszelkie roboty męskie i damskie w zakres kuśnierstwa wchodzące, według najnowszych żurnali.

Pracownia futer
Władysława Miodońskiego, Kraków, Rynek Gł. 46. — Wykonanie pierwszorzędne. Ceny przystępne.

J. Fakler — FUTRA. Rok zał. 1896. — Wielki wybór wszelkich skórek i konfekcji futrzanej, Kraków, ul. Grodzka 2. Proszę zważać na dokładny adres. Tel. 180-01

Paryska pracownia kuśnierska M. Zimmerspitz, Kraków, Dietlowska 56 parter, wykonuje wszelkie roboty kuśnierskie, według najnowszych żurnali.

Skład futer i pracownia kuśnierska J. Grünberg, Kraków, Grodzka 5 (w sieni). Wielki wybór skórek i gotowych futer damskich na składzie. Ceny niskie.

ZAKŁAD KUŚNIERSKI
Karola SULIKOWSKIEGO
Kraków, plac Szczepański 2

Pierwszorzędna
PRACOWNIA FUTER
JÓZEF KÜHNREICH
Kraków, Augustjańska L. 4, wykonuje wszelkie prace kuśnierskie według żurnali krajowych i zagranicznych z własnego i powierzonego towaru.

Teofil STANOSZEK pracownia futer, Kraków, Gołębia 8 II. p. wykonuje wszelkie futra solidnie i po cenach przystępnych.

Emil Kotarba, pracownia futer, Kraków, Jagiellońska 7-a II. p. poleca futra damskie i męskie oraz wszelkie roboty kuśnierskie.

Pracownia kuśnierska Leona Grünberga, Kraków, Florjańska 8 w podworcu, wykonuje starannie wszelkie prace w zakres kuśnierstwa wchodzące.

GALANTERJA.

Juljusz Nacht, skład towarów galanteryjnych, Kraków, Stradom 5. Telef. 121-94.

Szajdakowski Wiesław, skład pończoch, trykotaży, oraz przybory do szycia, Kraków, ul. Szczepańska 11. Telefon 176-97.

GORSETY.

GUM NAPRAWA.

Zakład naprawiania gum samochodowych oraz wulkanizacja. Naprawa kaloszy i śniegowców, **Piotr Bawolik,** Kraków, Smoleńska 23.

HOTELE.

Hotel Saski, Kraków, ulica Sławkowska 3. Telefony: 182-33 i 129-21.

Hotel Europejski, Kraków, Lubicz 5, naprzeciw dworca kolejowego. Telef. 101-16.

Grand Hotel, Kraków, Sławkowska 5-7. Telefon 152-85.

INSTALACYJNE ZAKŁADY.

Władysław Gryglewski konc. zakład dla budowy wodociągów, zimnej i ciepłej wody. Pomp. Kanalizacji, urządzeń gazowych dla ogrzewania i oświetlania oraz Zakład blacharstwa budowlanego, **Kraków, Garbarska L. 26.** Telefon 144-55.

Koncesjonowany Zakład dla budowy wodociągów, gazu, ogrzewań centralnych, pomp i kanalizacji oraz Zakład blacharsko-budowlano-galanteryjny **W. Müller i A. Jędrzejowski**, Kraków, ul. Długa 38. — Telefon 127-26.

Zakład instalacyjny i blacharski oraz wytwórnia trumien metalowych J. Butelski i S. Kurach, Kraków, św. Marka 11.

Adam Bernardyński, Kraków, ul. Dominikańska 2. Telefon 116-91. Instalacje wodociągowe i gazowe, cyrkulacje ciepłej wody, kanalizacje, blacharstwo budowlane i galanteryjne.

JULJUSZ JURCZAK Biuro techniczn. i Zakład Instalacji wodociągów, gazociągów i centr. ogrzewań. Kraków, ulica Franciszkańska 4. Telef. 147-01.

Koncesjonowany Zakład Instalacyjny wodociągów, gazu, kanalizacji i centralnego ogrzewania **Józef Krzak i Piotr Karabuła,** Kraków, ul. Karmelicka 30. Telefon 177-65.

Koncesjonowany **Zakład instalacji gazu i wodociągów oraz pracownia blach. Tomasz Wróbel,** Kraków, Rajska 6, wykonuje wszelkie roboty w ten zakres wchodzące, po cenach przystępnych, kosztorysy bezpłatnie.

Inż. Władysław Bieniarz
dawniej Karol Markus
Biuro techniczne
i Zakład instalacyjny
dla wodociągów i ogrzewań centralnych.
Kraków, ul. Szpitalna 18.

Wodociągi, łazienki, gaz, centralne ogrzewania, oraz roboty budowlano - blacharskie wykonuje **J. Tokar,** Kraków, ul. św. Jana 10.

KAPELUSZE.

Magazyn kapeluszy damskich i przyborów modniarskich **Jadwiga Cypes,** — Kraków, Grodzka 38 (róg Poselskiej) Telefon 126-03.

Wytworne
Kapelusiki damskie
FRANCISZKI
GEIGER - HALPERNOWEJ
Kraków, ul. Grodzka 40.

KĄPIELOWE ZAKŁADY.

Łazienki Krakowskie, Kraków, Dunajewskiego 9. — Pierwszorzędne wanny, łaźnia parowa mokra i sucha. Masaże. — Fryzjer. — Pedicurzysta.

KAWA.

J. Huppert, Hurtownia kolonjalna. Palarnia kawy i pakownia herbaty „Mandara". Telefony 106-82 i 124-41. Kraków, Gertrudy 14.

KAWIARNIE.

Kabaret „Moulin-Rouge" przy **Kawiarni „Adria"**, Kraków, Gertrudy 28. Telef. 103-23. Otwarty do 5-tej rano. Wejście od plant.

KOLONJALNE HANDLE.

„Delicatesse" Handel spożywczo-kolonjalny, Kraków, ul. Wolska 7. Telef. 175-61.

Handel towarów korzennych, kolonjalnych oraz skład win Jakób Piekło, Kraków-Podgórze, Rynek 2. Tel. 158-19.

Kazimierz Ogorzały, handel towarów kolonjalnych i sprzedaż żywych ryb. Kraków, ul. Szczepańska 11 Telefon 130-04.

KOŁDRY.

Własna pracownia kołder, wyprawy ślubne i szkolne **Marja Kulinowska,** Kraków, Sławkowska 13. Telefon 146-88.

KONFEKCJA DAMSKA.

Adolf Braciejowski, magazyn konfekcji damskiej, Kraków, Grodzka 4. Tel. 128-58

Leon Braciejowski, magazyn konfekcji damskiej, Kraków, Grodzka 5-7. Telefon 122-74. Florjańska 28. Telefon 147-73.

Magazyn nowości dla Pań E. Szancer, Kraków, Florjańska 55. Tel. 129-06. Płaszcze, suknie, trykotaże.

KOSMETYKI.

Firma „Miraculum" Doktora Lustra, Kraków, Obożna 14, Telef. 107-84, złożyła jako datek zł. 15 na Pogotowie Ratunkowe w Krakowie.

KOWALSKIE WARSZTATY.

Warsztat maszynowo - kowalski. Specjalny wyrób resorów, różnych sprężyn oraz kucie części do wszelkich typów maszyn **Michał Folwark,** Kraków, Zabłocie 5. Telefon 182-56. Spawanie wszelkich części maszyn. Ceny bardzo przystępne.

KRAWCY.

Stanisław żurawski, Zakład ubiorów męskich w Krakowie, ul. św. Anny L. 4.

Salon Krawiecki „Elegancki Pan", Kraków, św. Jana 18, parter.

Wytwórnia strojów męskich i damskich. Materjały i futra Michał WĘGLARSKI Kraków, Gołębia 5. — Telefon 115-18.

KRAWCY DAMSCY.

Pracownia krawiectwa damskiego Edwarda BUŁATA, Kraków, Kremerowska 16, wykonuje wszelkie kostjumy damskie i płaszcze podług najnowszych modeli. Ceny niskie.

Pracownia krawiectwa damskiego Dorota Flaszówna, Kraków, Batorego 25, m. 4, wykonuje kostjumy, suknie, płaszcze damskie, mundurki dziecięce i t. p. — Ceny niskie.

M. CIUŁA Wytwórnia kostjumów i płaszczy damskich, Kraków, Karmelicka 8, parter. Wzorowe wykonanie. Ceny niskie.

Salon krawiectwa damskiego M. Laufer r. Braw, Kraków, Florjańska 30 I. p. Telefon Nr. 168-52.

KSIĘGARNIE.

S. A. Krzyżanowski, Księgarnia, Kraków, Rynek Gł.

KUFRY.

Kufry, walizy, torby, najmodniejsze torebki damskie, A. FRONCZ, Kraków, Florjańska 17, Telefon 172-68.

Kufry, torby, walizki, teczki, kufry szafowe, samochodowe i kolekcje na wzory dla wojażerów. J. KEMPLER, Kraków, Bożego Ciała 21.

KUPNO I SPRZEDAŻ REALNOŚCI.

JAN SKOWROŃSKI
Kraków, Rynek Gł. L. 43 I. p. (Linja A. B.). Telefon 128-95. P. K. O. 408.782. **Kupno i sprzedaż** kamienic, will, domów, majątków ziemskich, lasów, gospodarstw, parcel, młynów, tartaków, fabryk, restauracyj, sklepów etc. — **Wynajem mieszkań.** — Udziela informacji co do wartości nieruchomości, oraz wszelkich przedsiębiorstw handlowych i przemysłowych.

LECZNICZE ZAKŁADY.

Lecznica Związkowa Ska z ogr. odp. Chirurgja, położnictwo, ginekologja, choroby wewnętrzne, — Roentgen, lampa kwarcowa, pracownia chemiczna, metabolizm i t. d. Kraków, ul. Garncarska L. 11. Telefony: 107-00 i 139-70.

LABORATORYJNE URZĄDZENIA.

Laboratoryjne urządzenia dla Sanatorjów i klinik. Mikroskopy. Dypl. Inż. chem. A. Buchner, Kraków, Dolnych Młynów 9. Tel. 176-10.

LITOGRAFJE.

Zakłady graficzne Fr. Zieliński i Ska, Kraków, Karmelicka 16, wykonuje wszelkie prace w zakres litografji wchodzące. Telefon 126-50.

LÓD.

Fabryka lodu sztucznego, wody sodowej i lemoniad gazowych **„Zdrowie" Leona Schneidera,** Kraków, Chocimska 19, Tel. 142-74. Dietlowska 105. Tel. 115-05.

LUSTRA.

Szlifiernia Szkła i wytwórnia luster J. MARKOWSKI Kraków, ul. Batorego L. 20. Szyby do aut. Lustra ze szkła belgijskiego. Odnawia stare lustra. Telefon 178-27. Ceny konkurencyjne. Wykonanie pierwszorzędne.

MASZYNY DO PISANIA.

„Maszynopol“ Biuro sprzedaży maszyn do pisania. — Przybory do maszyn. Kraków, Jagiellońska 7. (róg Szewskiej).

MEBLE.

Skład różnych mebli oraz luster R. Weintraub, Kraków, Starowiślna 42. Ceny przystępne.

Skład mebli nowoczesnych w solidnem wykonaniu **J. Blühbaum**, Kraków, św. Gertrudy 12. — Ceny przystępne.

METALE.

Fabryka wyrobów metalowych Bracia Thorn, Kraków XXII, ul. Krasickiego L. 18, Telefon 147-59.

„UNION“ Fabryka Łyżek i Wyrobów Metalowych Sp. z ogr. odp. **Specjalność: łyżki, widelce i plomby.** — Kraków XV, ul. Płaszowska L. 45. Telefon 157-40. P. K. O. 412.589.

Wytwórnia wyrobów metalowych
Jana Gruszczyńskiego
Kraków, Dietlowska 111
wykonuje wszelkie roboty z metalu, jak: lampy elektryczne, gabiloty, przyjmuje również do niklowania, oksydowania, srebrzenia, oraz inne roboty w zakres ten wchodzące. Ceny przystępne.

Towarzystwo Metalurgiczne Ska z o. o. Składy fabr. Kraków, Długa 3. Blachy, rury, pręty, druty, profile z miedzi, mosiądzu i aluminium. Metale surowe. Telefony: 106-28, 133-97, 159-00.

MŁYNY.

„ZIARNO“ Polska wytwórnia chleba zdrowia i młyn walcowy S. A. w Krakowie, Zabłocie 25. Telef. 106-37 i 155-25.

MIODOSYTNIE.

Robacki Kazimierz, Kraków, ul. Sławkowska 26. Miodosytnia, założona w r. 1841.

MUSZTARDA.

Fabryka musztardy, Gablenz i Syn, Kraków, Król. Jadwigi 33. Tel. 120-80. Rok założenia 1883.

MYDŁO.

FABRYKA MYDŁA C. ŚMIECHOWSKI, Ska z o. o. Kraków, złożyła jako datek zł. 20.— na Pogotowie Ratunkowe w Krakowie.

NASIONA.

Hodowla nasion i Dom rolniczy Czyżowskich, Kraków, Mikołajska 2. Tel. 106-66. Własne składy Kraków, Zbożowa 4. Tel. 156-49.

NIERUCHOMOŚCI.

Biuro handl. - pośrednicze „PIAST" Kraków, Rynek gł. 39. (Linja A-B). Przeprowadza: Kupno i sprzedaż wszelkich nieruchomości. Wynajem mieszkań i lokali. Dzierżawy. Zamiany. Pożyczki hipoteczne. — Informacje bezpłatne! — Biuro czynne cały dzień. — Telefon 158-66.

NOŻOWNICZE WYROBY.

Andrzej Sokół, Zakład wyrobów nożowniczych oraz specjalne ostrzenie brzytew i narzędzi lekarskich, w Krakowie, ulica Grodzka 60.

OBUWIE.

„Regra" Mechaniczna fabryka obuwia skórzanego i filcowego, oraz hurtownia obuwia, kaloszy i śniegowców **H. Reis i B. Grandapfel** Kraków, Gertrudy 28. Telefon 106-88.

ORGANY.

Polska fabryka budowy organów i fisharmonij Juljusz Guna, Kraków, Pułaskiego 14. — Wykonuje wszelkie reparacje.

OPATRUNKOWE ARTYKUŁY.

„WATGUM"
K. Abusz, Hurtownia artykułów opatrunk. gum. i galanteryjno - aptecznych. Kraków, św. Gertrudy 17. Telefon 170-43. P. K. O. Kraków 413.917.

PARASOLE.

FABRYKA PARASOLI ABRAHAM FRÜHAUF, Kraków, Miodowa 10 i 11. Telefon 117-39.

PASÓW FABRYKA.

Krakowska Fabryka Pasów Kraków XXII, ul. Parkowa L. 1. Telefon 138-11.

PIEKARNIE.

I. Abrahamer, młyn i piekarnia, Kraków, Łobzowska 5. Telefon 106-32.

Piekarnia motorowa J. Steinera, Kraków, Kościuszki 16, poleca doborowe pieczywo. Tel. 180-65.

Piekarnia
Stan. Długoszewskiego
Kraków, Kościuszki 20,
Telef. 129-26, poleca doborowe i hygjeniczne pieczywo.

Piekarnia
Abrahama Friedmana
Kraków, Brzozowa 8, poleca doborowe pieczywo.

Piekarnia
elektryczno-motorowa
Józefa Rączkiewicza,
Kraków, Krowoderska 39, poleca hygjeniczne pieczywo. Telef. 160-12.

Piekarnia elektromechaniczna Jan Zieliński, **Kraków, ul. Karmelicka 21. — Telef. 138-67.**

Piekarnia Lwowska
Ignacego Malinowskiego
Kraków, Lenartowicza 7, poleca smaczne i hygjeniczne pieczywo.

Piekarnia
Wojciecha Schmeidla
Kraków, ul. Stolarska 11 poleca smaczne pieczywo. Wypiek chleba luksusowego.

Piekarnia Stanisława Pachla Kraków, ul. Długa 7, poleca znakomite pieczywo, znane z dobroci.

PILNIKI.

Jan Sądel, Parowa Fabryka Pilników, Kraków, Chodkiewicza 8. Telefon 131-40.

PIŚMIENNE PRZYBORY.

Do każdej Ręki

odpowiednie pióro wieczne

dobierzesz w firmie

Z. ZIEMBICKI

Kraków, Pl. Marjacki 2

Tamże fachowe reparage
Żądajcie cenników.

POZŁOTNICTWO.

Pracownia pozłotnicza robót kościelnych i salonowych, oprawa obrazów w ramy ręczne i listwowe **ALFONS KOMOROWSKI,** Kraków, ul. Florjańska 15. Wszelkie roboty solidnie i tanio.

PORCELANA.

S. **Rosner,** Kraków, ul. Zwierzyniecka 31 (Plac Kossaka 1). Porcelana, kryształy, szkło, fajanse, ogniotrwałe naczynia kuchenne.

POWROŹNICZE WYROBY.

Sznury, szpagaty, liny, taśmy, szczotki, wycieraczki, siatki i t. d. poleca najtaniej firma **M. Spytkowska,** Kraków, pl. Marjacki 7.

PRALNIE.

PRALNIA W. Bigoszowej Kraków, Garbarska 22. Telefon Nr. 163-66. Przesyłki z prowincji załatwia w najkrótszym czasie.

„Europejska" chemiczna pralnia i farbiarnia, Kraków XXII, ul. Długosza 8. Kołnierze z pięknym połyskiem. Filje we wszystkich miastach Polski.

PUDEŁKA.

Lazar Fallek, fabryka kartonaży, Kraków, Szeroka 39, telefon 106-94.

Fabryka kartonaży i drukarnia F. żeberko, Kraków XXII, św. Kingi 6, Telefon 117-40.

„CARTONLUX" Fabryka pudełek kartonowych, drukarnia i litografja. Pudełka wszelkiego rodzaju dla aptek, oraz wszelkie kartonaże. Torebki, opakowania. Specjalność: Pudełka luksusowe i składane. Kraków XXII, ul. Tarnowskiego 4. Telefon 109-34.

PYJAMY.

Wytwórnia PYJAM damskich i męskich — Kraków, ul. Koletek 1, III. p. Ceny niskie. — Towar doborowy.

RESTAURACJE.

Pokoje do śniadań poleca **„Jutrzenka"** — Kraków, ul. Sienna 4.

Restauracja Powszechna Kraków, Karmelicka 17 (róg Garbarskiej) wydaje znakomite obiady z 3 dań po Zł. 1.20, z 2 dań po Zł. 1.—. Bufet obficie zaopatrzony.

RYMARSTWO I SIODLARSTWO.

Pracownia rymarsko-siodlarska Józef Ofiarski, Kraków XXII, Rynek Podgórski 13. Wykonuje wszelkie roboty solidnie po cenach przystępnych.

RYŻ.

„Oryza" Zakłady przemysłu ryżowego S. A. w Krakowie, Aleja Grottgera 12, Telefon 147-36.

SKÓRY.

S. Szyferblat, wyłączna sprzedaż baranich skór „Société Anonyme de L'Industrie Textile" dawniej Peltzer & Fils w Częstochowie. Częstochowa, Aleja 1. Telefon 14-09, mieszk. pryw. Telefon 16-04. Kraków, Bożego Ciała 3.

SOKI OWOCOWE.

„Malinis" Wytwórnia naturalnych soków owocowych, Kraków, ul. św. Tomasza 16 (narożnik ul. Florjańskiej 14, „Hotel pod Różą").

SPORTOWE PRZYBORY.

Dom sportowy „STADJON" Hurtownia i wytwórnia artykułów sportowych. Kraków, ul. Grodzka 26. Telefon 106-83. — Rok zał. 1898.

SZKOŁY.

Szkoła kaligrafji i kursy handlowe Feinberga, Kraków, Starowiślna 28. Każdy stanowczo w kilkunastu lekcjach nauczy się ładnie pisać. Rozpocząć można codziennie.

Instytut Wychowawczy
G. SPIERERA
Kraków, Starowiślna 85.
Telefon 171-08.
Przyjmuje uczniów szkół powszechnych i średnich zamiejscowych na stały pobyt. **Uczniom krakowskim udziela racjonalnej pomocy w nauce i w wychowaniu** od godz. 3—7 pop. Przy Instytucie czynne jest Przedszkole. Ceny przystępne.

Wpisy — szkoła żeńska roczna przysp. kupieckiego i kursy handlowe żeńskie i męskie roczne i półroczne **K. Zimowskiego** w Krakowie, Jagiellońska 10, I. p. Szkoła ma prawo zniżki kolejowej.

Kursy handlowe S. Gryszpana Kraków, J. Sarego 12. (Zielona). Jednoroczne **kursy handlowe** koedukacyjne. — **Półroczne kursy księgowości.** Dla zamiejscowych specjalna nauka przez korespondencję. — Opłaty niskie.

SZPITALE.

Szpital ortopedyczny dla dzieci Dra M. Kosińskiego,
Kraków, ul. Filipa 15. Telefon 146-96 — przyjmuje dzieci do lat 14 bez różnicy wyznania w stałe i ambulatoryjne leczenie ortopedyczne. Dzieci członków Kas Chorych, pracowników kolejowych przyjmowane są za odpowiednią asygnatą Kas Chorych lub Dyrekcji kolejowej. Godziny przyjęcia od 9—11-ej przedpołudniem i od 6—7 popołudniu.
Zakład ortopedyczny i i mechanoterapeutyczny przy ul. Smoleńsk L. 1.

ŚLUSARNIE.

Zakład artystyczno-ślusarski Jan Oremus, Kraków, ul. Rakowicka 15, telef. 125-18, wykonuje wszelkie roboty w zakres ślusarstwa artystycznego i budowlanego wchodzące.

Pracownia ślusarsko-mechaniczna i budowlana. Spawalnia żelaza i metali. **Kazimierz Prostak,** Kraków, Długa 38. Tel. 127-26.

Pracownia budowlano-ślusarska Ludwik Górka, Kraków, Czarnowiejska 17. — Telefon 121-32.

TAPICERZY.

Wincenty Jan Graff, wytwórnia tapicerska i stolarska. Florjańska 57, wejście od ul. Pijarskiej 19, I. p.

TERMOSY.

Wytwórnia termosów B. GOLDMAN, Kraków, ul. Gazowa 15. Tel. 140-32.

TRANSPORTOWE BIURA.

C. Hartwig, Sp. Akc. w Poznaniu, Oddział w Krakowie, Florjańska 4, telefon 114-78, 130-69, Dyrektor Jakób Sonne, tel. 106-47.

„Spedokom“, Biuro Spedycyjne, Spółka z ogr. odp., Kraków, Mikołajska 4. Telefon 146-40. Przeprowadzki wozami meblowymi. — Oclenia. Składy do przechowywania mebli i towarów.

UBEZPIECZENIA.

TOWARZYSTWO UBEZPIECZEŃ
„ORZEŁ“
Spółka Akcyjna w Warszawie, Oddział w Krakowie, ul. Andrzeja Potockiego 9. Telef. 103-78 i 137-98.

„Assicurazioni Generali“ Oddział Kraków, św. Krzyża 5. Telefon 145-19 i 168-00.

Towarzystwo ubezpieczeń na życie **„Vita i Krakowskie“** Ska akc. Oddział w Krakowie, Basztowa 7. Tel. 121-70

FENIKS
Towarzystwo ubezpieczeń na życie. — Dyrekcja filjalna w Krakowie, ul. Basztowa 15. Telefony: 102-73 i 133-18.

Włoska Spółka Akcyjna
RIUNIONE ADRIATICA di Sicurtà
Adrjatyckie Towarzystwo Ubezpiecz. w Tryjeście
Oddział w Krakowie, ul. Basztowa 17. Nr. telefonu 136-94. Rok zał. 1838. Przyjmuje ubezpieczenia od ognia, kradzieży z włamaniem, na życie, od wypadków i odpowiedzialności wszelkiego rodzaju, na bardzo przystępnych warunkach.

„Kotwica“ Powszechne Towarzystwo ubezpieczeń S. A. Dyrekcja filjalna w Krakowie, pl. WW. Świętych 10. Telefony: 138-03 i 183-30.

WAGI.

Konc. Zakład mech. ślusarski I NAPRAWY WAG wraz z legalizacją. **Stefan Ciechanowski** Kraków, św. Filipa 13.

WĘDLINY.

A. J. Kurkiewicz, Fabryka wyrobów masarskich, Kraków, Grodzka 7. Tel. 112-01.

Fabryka wędlin
Aleksander Grabowski
Kraków, Szewska 16. Filje: Rynek Gł. 29, Mostowa 1. Telefony: 104-39 i 177-07.

Fabryka wędlin
Walerjan Brachel
dawniej J. Bialik, Kraków, ul. Florjańska 51. Tel. 105-02.

Jan Michoń, Fabryka wędlin, Kraków, Starowiślna 1 (naprzeciw Gł. Poczty). Telefon 167-72.

Wytwórnia wędlin
Albin Synowiec
Kraków, Karmelicka 22, poleca znakomite wyroby. Telefon 114-93.

WĘGLE.

Składy węgla, koksu i drzewa Inż. J. Kukucz, Kraków, Zabłocie 6. Tel. 116-46.

„Żegluga Polska“ S. A. Kraków, Rynek Gł. 19 II. p., Telefon 104-62, dostarcza węgiel jaworznicki i dąbrowiecki.

„KABEW“ Krakowskie Biuro węglowe, Kraków, ul. św. Filipa 21. — Tel. 134-58. Składy: Kraków, ul. Wielicka (przy rogatce).

A. Gross i Syn, Skład węgla jaworzniańskiego i koksu, Kraków, ul. Pawia 7. Telefony: 114-36 i 136-41.

WIDOKÓWKI.

Wyd. widokówek „Polonia“ i Galerja Polska K. Hefner i J. Berger, Kraków, Dietla 62. — Telefon 109-03.

WINA.

„Vinrex“ Wytwórnia win, Kraków, Brzozowa 11. Telefon 127-51.

WODA SODOWA.

„Gazol“ Fabryka wody sodowej i lemoniad, Kraków, ul. Józefińska 28 i Lwowska 15 a.

„Zdrowie“, Fabryka wody sodowej, lemoniad gazowych i lodu **Leona Schneidera**, Kraków, ul. Dietlowska 105 Telefony: 115-05 i 142-74.

WÓDKI.

Parowa fabryka wódek polskich, likierów i rumu SZYMCZAKOWSKI i Sp.
Kraków, Mogilska 27.
Telefon 122-77.

WYPOŻYCZALNIE KSIĄŻEK.

W y p o ż y c z a l n i a książek Adolfa G u m p l o w i c z a w Krakowie, zasilana stale nowościami, znajduje się tylko przy ul. Brackiej 9 front. Dla P. T. Urzędników ulgi.

Największa Wypożyczalnia książek, Kraków, ul. św. Jana 8. Abonament 2 zł. miesięcznie.

WYPRAWA FUTER.

Dr. Inż. Dawid Steinhaus
Przemysł Futrzany
Kraków.
ul. Przemysłowa 13.
Telefon 108-11.
Wyprawialnia i farbiarnia futer.

ZEGARY.

Skład zegarów i przyborów zegarmistrzowskich
L. NUSSBAUM,
Kraków, Stradom 3. Telefon Nr. 171-62.

„Zegarpol“ Artykuły zegarmistrzowsko - jubilerskie, Kraków, plac WW. Świętych 8. Telefon 182-82.

ZŁOTNICY:

Wiktor Czaplicki, jubiler — Kraków, Sukiennice 6. Telefon 129-04. Kupno i sprzedaż: Brylantów, Pereł, Złota, Srebra, Platyny oraz wszelkich kosztowności. — Zegarki pierwszorzędnych fabryk.

Zapisujcie się na

Członków

Pogotowia

Ratunkowego

Wpisy przyjmuje kancelarja Stacji Ratunkowej ul. Potockiego 19